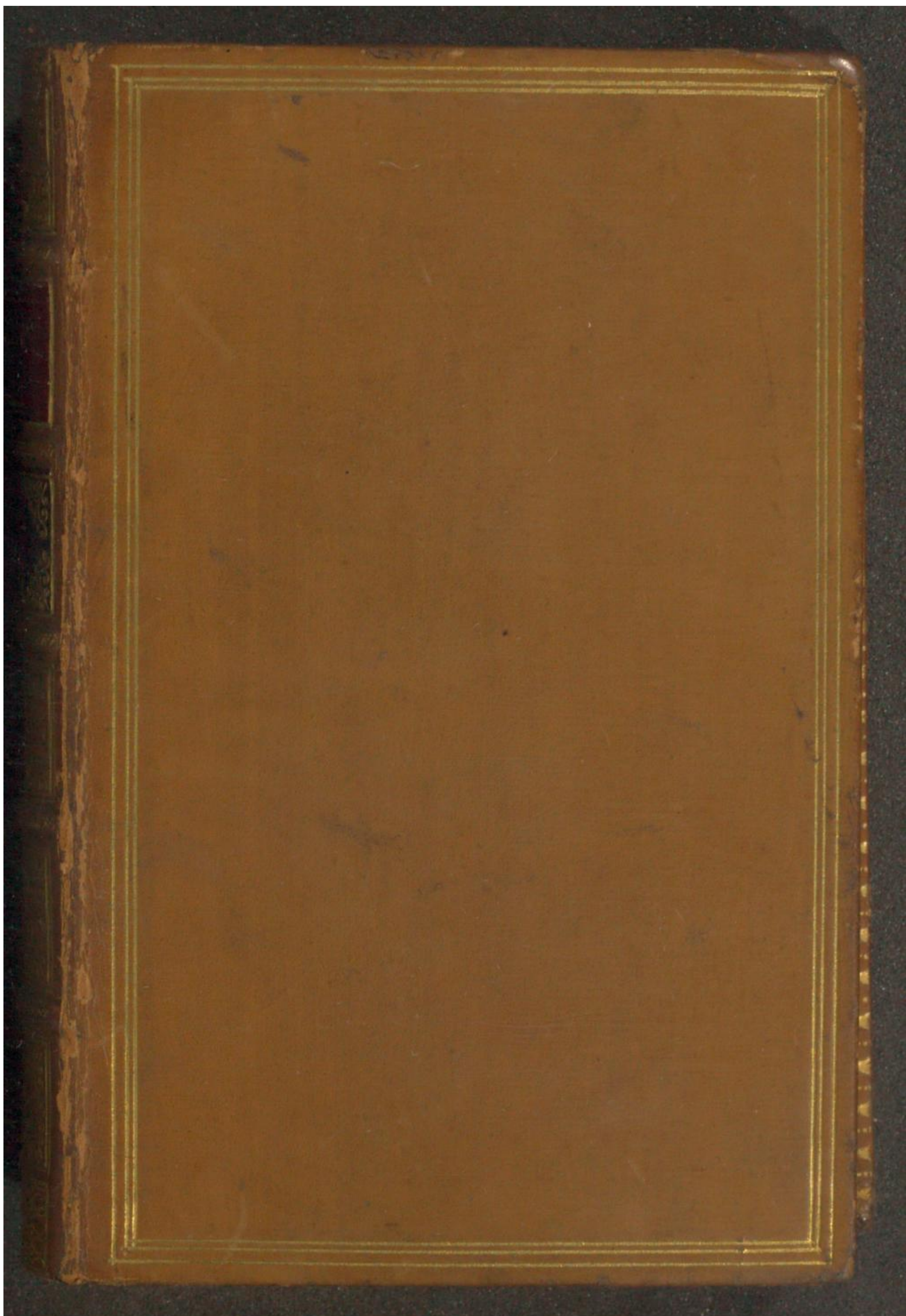
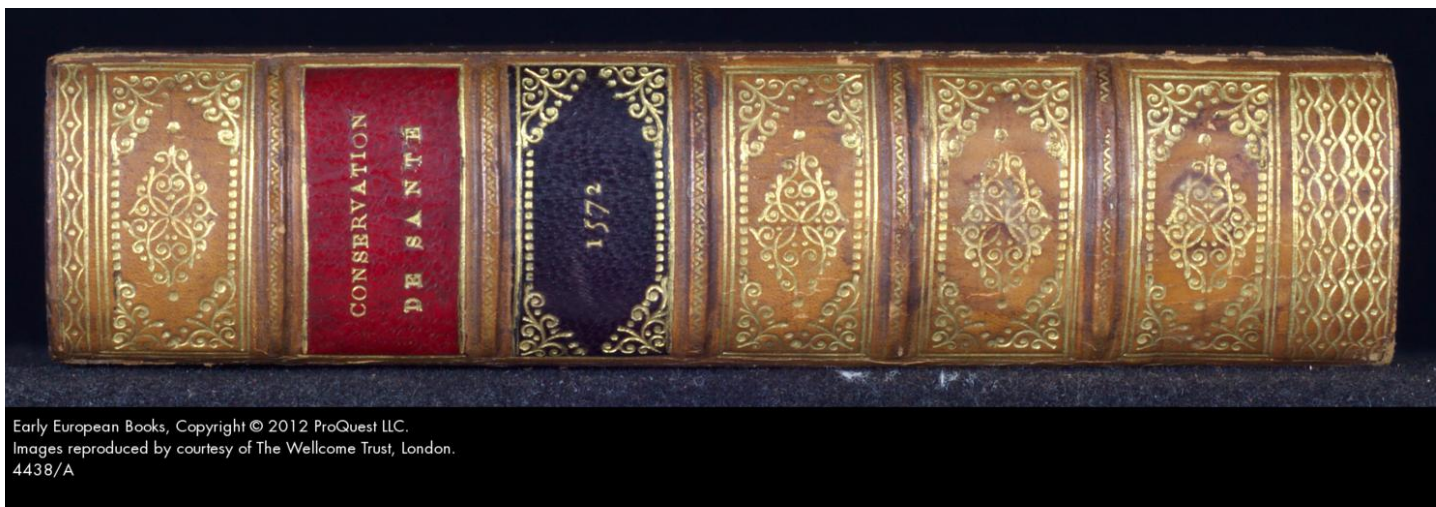
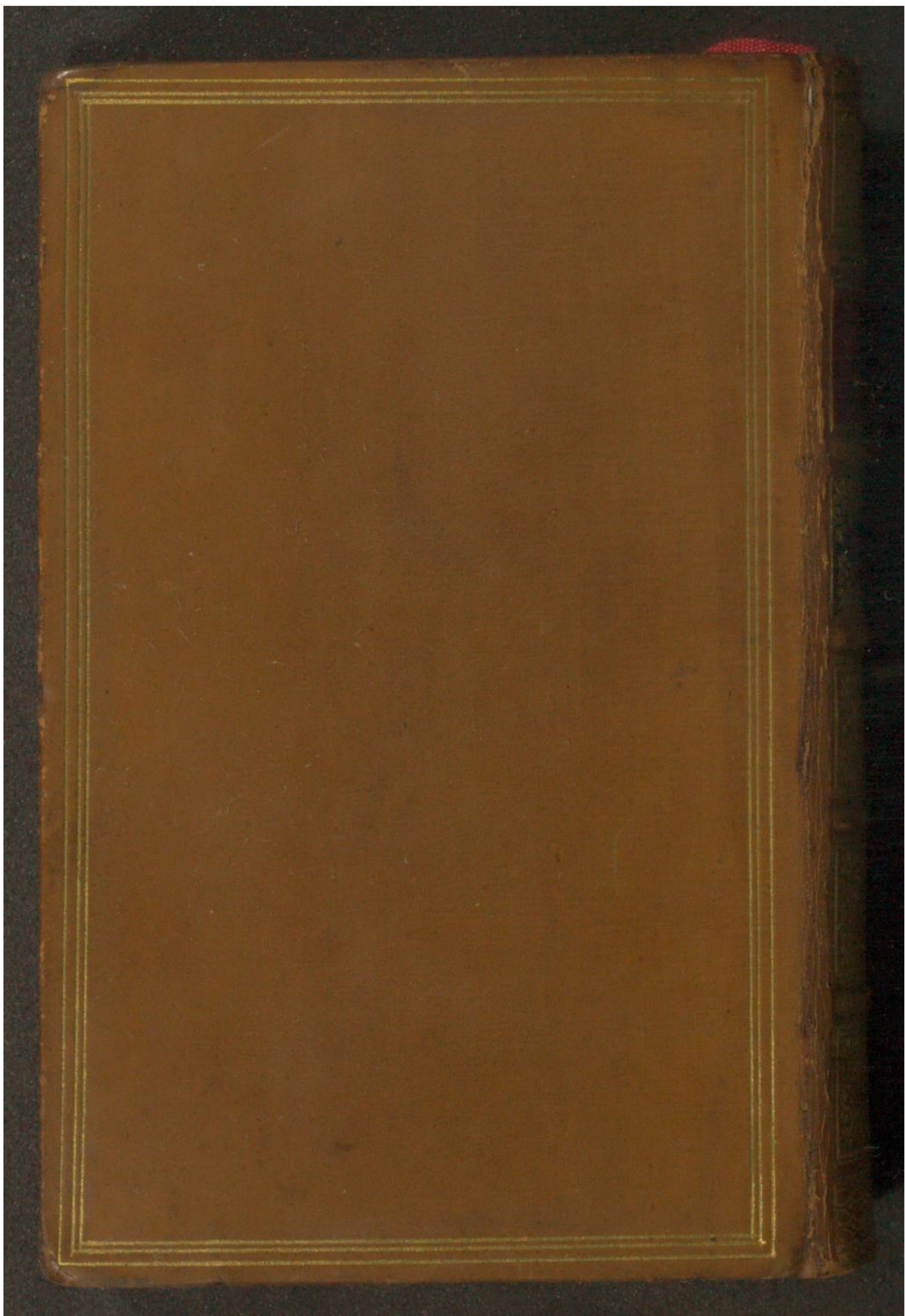
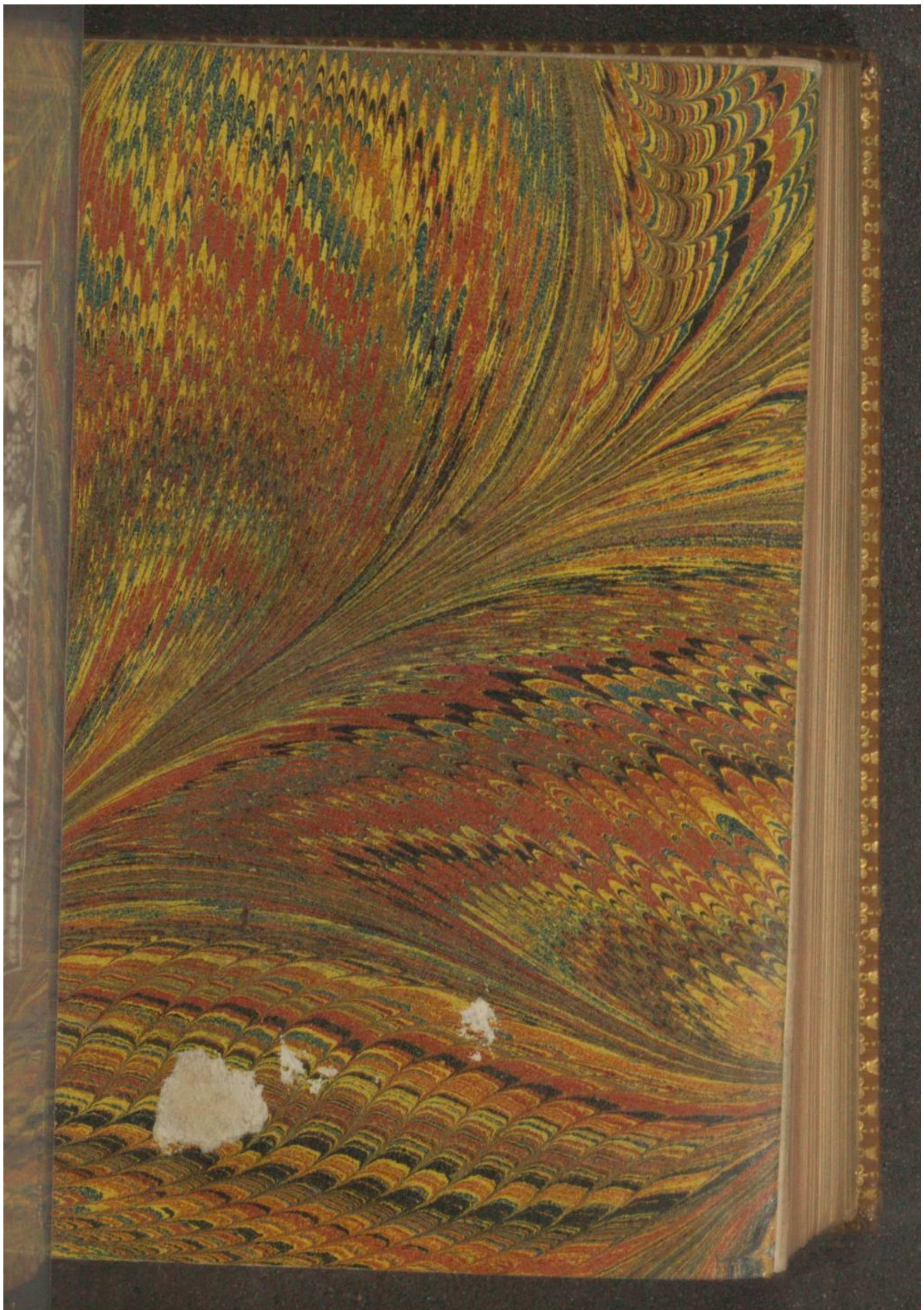



CONSERVATION
DE SANTÉ
1572






BEATUS · HOMO · QUEM · TU · ERUDIERIS · DOMINE
A·L·S·



CONSERVATION DE SANTE', ET PROLONGATION DE VIE,

liure fort vtile & neceſſaire non ſeulement aux Medecins, mais auſſi à toute perſonne qui veult auoir ſa ſanté corporelle, ſans laquelle ceſte vie eſt ſans fruit.

Composé premierement en Latin par noble homme H. de Monteux, Conſeiller & Medecin ordinaire du feu Roy François ij.

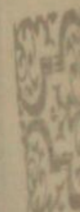
Et nouuellement traduit en noſtre langue Françoiſe par Maiſtre Claude Valgelas Docteur en Medecine, le tout reueu, corrigé & augmenté.

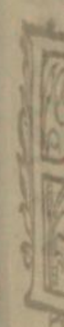


A PARIS,

Chez Simon Caluarin, ruë S. Iaques, à la Roſe blanche couronnée.

1572.







A NOBLE ET PVISSANTE DAMOISELLE, Madamoiſelle Louyſe Dãſezune, dame de ſainct Chamód au païs de Lyonnois, Claude Valgelas ſon treshumble ſeruiteur, accroiſſement d'honneur & perpetuelle felicité.

EN LISANT *ceste derniere année (* Damoiſelle *treſilluſtre) les œuures de* M. Hierome *de* Monteux, Seigneur *de* Myribel, Conſeiller *&* premier Medecin du Roy

noſtre ſire, homme treſdocte, & heureuſement verſé en toutes bõnes lettres, perle des medecins de noſtre temps : i'y ay trouué entre pluſieurs autres liures tous de grand fruict & erudition ſinguliere, ceſtui auquel il a traicté non moins doctement que brieuement de la Conſeruation *de ſanté, & prolõgation de la* Vie *humaine.* Liure *de petite mõſtre, mais d'vtilité ineſtimable.* Et *neceſſaire, non ſeulement aux* Medecins, *mais auſsi à toute perſonne qui veut auoir cure de ſa ſanté corporelle, ſans laquelle ceſte vie eſt oiſeuſe & ſans fruict.* Parquoy *cõſiderãt le grãd profit & vtilité qui en pourroit aduenir à toute perſonne qui prendroit plaiſir en la lecture d'iceluy, & que ceux qui ignorent la langue* Latine *ſeroient priuez d'vn ſi grand bien, s'il ne leur eſtoit rendu en leur vulgaire : auſsi que telle entreprinſe ne pourroit eſtre fidellement executée, ſinon par homme au-*

cunement exercé en medecine & philosophie, à cause de la varieté des choses hautes & excellentes contenues en iceluy: esmu de bon zele & ardente affection enuers la patrie, ie me suis ingéré de le translater de Latin en langage François, auec la plus grande obseruation du sens, & le plus facilement que m'a esté possible, nonobstant que le subiect soit de soy en plusieurs endroits difficile & scabreux. De maniere que souuent suis esté contraint vsurper dictions tirées du Grec encore peu vsitées en nostre langue Françoise. Congnoissant donques la faute & necessité qu'il feroit au peuple François, si plus longuement estoit detenu en ses prisons, encore que en purité & elegance de langage il ne responde en rien à celuy de l'autheur: impatient toutefois de plus demourer en la maison, m'a importuné de le laisser sortir à ses perilz & fortunes. Mais pour-autant que la cou-

ſtume de ceux qui eſcriuent auiour-
d'huy eſt de dedier leurs œuures à quel-
ques perſonnes notables & illuſtres, ou
pour ſe munir de leur auctorité alencõ-
tre des calomniateurs, ou bien pour dõ-
ner faueur à leurs eſcripts, ie vous ay
bien voulu faire preſent de ce mien pe-
tit labeur, comme d'vn fruict procedãt
de voſtre liberalité. Le laiſſant ſortir en
lumiere ſous voſtre protection & ſau-
uegarde. M'aſſeurãt que par ce moyen
il ſera nõ ſeulemẽt exempt de toute ca-
lomnie & detraction, mais auſsi le bien
veu de toute perſonne de noble eſprit,
& bon iugemẽt. Et par ainſi quicõque
en ſoit le lecteur, il vous en deura le
bien qu'il en rapportera, comme à celle
qui par ſes vertus ſingulieres merite,
que de ſa main liberalle, vn tel biẽ ſoit
eſlargi au peuple François. La ſeurté
que i'ay de voſtre humanité accompa-
gnée d'vn ſauoir ſolide, m'a donné la
hardieſſe de le vous dedier. Et tel qu'il

eſt, s'il vous plait le receuoir au nõbre de ceux que vous cheriſſez & liſez diligemment, ce me ſera vn bien grand heur, & aiguillon d'entreprẽdre choſe plus grande, non que ie veuille penſer qu'il tiẽne de moy choſe parquoy il merite d'eſtre en tel pris & eſtime. Mais bien pour la ſingularité des choſes qu'il contiẽt, & pour l'excellẽce de l'autheur, qui eſt tel, que, ſi l'affection ne me tranſporte, l'antiquité ne feroit refus de le receuoir entre les ſiens plus renommez, & ce ſans aucun contredit. Quant à moy il me ſuffira d'auoir mõſtré le bon vouloir que i'ay de profiter à tous bons eſprits & amateurs des bonnes lettres, & le deſir que i'ay de vous obeïr en treshũble ſeruice. Ma Damoyſelle Dieu vous veuille longuement conſeruer en telle felicité, que voz ſubietz ont bonne occaſion de vous ſouhaiter, & pour l'accompliſſemẽt de voz deſirs en ſanté tresheureuſe vie.

SONNET AVX LECTEVRS.

C. D. V.

Amy Lecteur, icy ne sont les dards,
Ny les flambeaux de l'amour impudique,
Ny du Dieu Mars la cruauté bellique,
Encore moins ses rouges estendars.
Dame Venus ne se tient en ces parcs,
Et moins Bacchus ce cornu frenetique,
Mais d'Apollo y trouueras l'antique,
Ou d'Hippocras, la science & les arts.
Viure long temps si veux en santé bonne,
Non du corps seul, mais de l'esprit pareille,
En attournant ton corps & face gente:
Réueille tost l'esprit & t'appareille
Iouir du bien que cest autheur te donne,
En sauoir grand, lequel ie te presente.



DE LA CONSERVATION DE SANTÉ, & prolongation de vie.



De la science de Medecine Actiue, auec ses deux especes. Et des differences, vtilité, & causes de la Conseruatrice. CHAP. I.



LA NOBLE sciéce de Medecine Actiue a deux especes, assauoir la Curatrice, & la Conseruatrice. La Curatrice enseigne à corriger les grãdes fautes aduenãtes au corps Curatrice

Conser-uatrice. humain. Et la Conſeruatrice corrige, & oſte les petites : leſquelles par leur exiguité & petiteſſe, ne ſont apprehendées des ſens. Icelle Conſeruatrice eſt diuiſée en quatre eſpeces : c'eſt aſſauoir en l'Euectique, Salubre, Reſtauratrice, & Precautrice. *Euectique* L'euectique, ainſi nõmée par les Grecs, par ce qu'elle garde la bonne habitude, conſerue la parfaite ſanté en ſon degré. *Reſtauratrice.* La Reſtauratrice, autremẽt nõmée Analeptique, reſtitue ceux qui ſortent de maladie en leur eſtat priſtin. La Salubre conſiſte entre ces deux : de maniere que l'Euectique corrige les moindres fautes. *La Salubre.* La Salubre, corrige celles qui ſont vn peu plus grandes. Et la Reſtauratrice, corrige les fort grãdes. Veu donques que la Salubre, n'eſt pas des corps venants en conualeſcence, & ſortãs de mala-

die, comme la Reſtauratrice: ny de ceux qui ſont exactemẽt bien habituez, comme l'Euectique: ains de ceux qui ſont de moyẽne habitude, elle enſeigne à garder, non la ſupreme & parfaite ſanté, laquelle eſt rare, & de petite durée: mais bien celle qui eſt inferieure, & moyẽne entre la parfaite ſanté, & maladie, auiourd'huy frequente. Icelle Salubre peut comprendre ſous ſoy, la nourriture des enfans, & le traitement des vieilles gens. Par la Precautrice quarte & derniere eſpece, on preuoit aux maladies futures: empeſchãt par bon gouuernement qu'elles ne viennent. Et par ainſi elle eſt contraire à la Reſtauratrice. Aucuns adiouſtent à ces quatre eſpeces l'Ornatrice, laquelle garde la beauté naïue par attournemens. Et la Fucatoire, laquelle introduit par

La Precautrice.

Ornatrice

fards vne beauté eſtrãge qui n'eſt point naturelle. La premiere eſt louable & vrayement bonne: l'autre eſt moins louable, entãt qu'elle fait apparoir le bien qui n'eſt point.

Outreplus, la Conſeruatrice eſt ſcience neceſſaire. Car veu que le corps humain eſt fait & composé de la commiſtion des quatre Elements: il eſt ſubget à continuelle mutation, & corruption tant par cauſes internes que par cauſes externes. Des cauſes internes procede la mort naturelle: & des externes, la mort violẽte. Les cauſes internes ne ſe peuuẽt aucunemẽt euiter: ains ſeulemẽt peuuent eſtre empeſchées à fin de retarder la vieilleſſe. Au moyen dequoy l'hõme paruient à la mort naturelle. Leſdites cauſes internes ſont trois en nombre, aſſauoir la ſiccité, la-

Trois cauſes internes de corruption.

quelle par le cours de l'aage nous cõduit à la fin: l'autre eſt la continuelle diſſipation des parties de noſtre corps, cõme des eſprits, des humeurs, des parties molles, dures, & ſolides: faites par la chaleur naturelle: & la tierce eſt l'abondance des excrements. Cela ſont les trois cauſes internes, de la continuelle mutatiõ qui ſe fait en noſtre corps. Des cauſes externes, aucunes peuuent eſtre euitées, comme ce qui a puiſſance de naurer, de rompre, de froiſſer, ou biẽ d'arracher aucune partie de noſtre corps, & pluſieurs autres ſemblables, leſquelles on ne ſauroit nombrer, ny reduire en art. Les autres ne peuuent eſtre euitées: ains neceſſairement & continuellement alterent noſtre corps. Telles ſont l'air, le boire & manger, les excrements & ſuperfluitez rendues, ou

Les cauſes externes de continuelle mutation.

Les ſix cauſes non naturelles.

retenues au corps, & les passions de l'esprit. Et la Conseruatrice cõsiste en l'obseruation de ces six causes, pourautãt que si elles sont commodément administrées, elles conseruent l'hõme en sa santé. Mais au cõtraire si elles sont prinses sinistrement, infalliblemẽt elles rẽdront l'homme qui est sain, malade. Car c'est chose toute claire, que la faute commise en la raison de viure, ameine la maladie aux sains: & aux malades la mort. Par la commode administration, n'est autre chose entẽdue, que sauoir vser dextremẽt, & en temps oportun, auec raisonnable quantité & qualité, des susdites causes ordonnées au corps humain. Par l'air, manger, & boire les trois substances continuellemẽt fluants de nostre corps, sont restaurées. Et par ce moyẽ la vieillesse est retar-

Administration deuë.

dée. Car la ſubſtance laquelle eſt de nature de l'air, & de feu: eſt reſtituée & conſeruée par la reſpiration, & par la pulſatiõ des arteres: & la ſubſtance ſeiche & ſolide, par le mãger: & l'humide, par le boire. Mais les excrements leſquels neceſſairemẽt s'aſſemblent au corps humain par l'air, manger, & boire, ſont euacuez par trauail & repos, dormir, veiller, & par ſemblables cauſes deuëment adminiſtrées. A ce propos conuiennent les quatre cauſes ſalubres cy apres mentionnées. Suyuant leſquelles la Medecine Conſeruatrice eſt diuiſée en quatre parties. La premiere deſdites quatre cauſes, traite de l'euacuation des excrements. La seconde, traite des differences de l'exercice. La tierce, traite de l'air, du manger, du boire, & des medicamẽts. La quarte & la derniere, eſt

Quatre cauſes ſalubres.

des choſes aduenantes & appliquées exterieurement, comme de l'air, des baings, des onguents & ſemblables.

Deux manieres de conſeruer la ſanté.

Or il y a deux manieres de conſeruer la ſanté: vne commune, laquelle conuient communement à toute ſanté. Et l'autre propre, laquelle conuient proprement à chacune des differences de ſanté. Car chacune eſpece de ſanté a ſa cauſe cõſeruatrice diſtincte & peculiere à ſoy: c'eſt à dire vne certaine methode pour ſe conſeruer en ſon eſtre. L'une & l'autre de ces deux cauſes de ſanté eſt de rechef diuiſée: pourautant qu'il y a auſſi deux differéces de ſanté. Aſſauoir la parfaite, & l'imparfaite. La parfaite doit eſtre conſeruée en ſon eſtat, tãt que faire ſe pourra. L'imparfaite doit eſtre corrigée par ſes contraires, quãd elle eſt beaucoup

Deux differences de ſanté.

distante de la premiere. Mais celle qui est entredeux peut estre cõseruée en son estre: ou bien corrigée, ainsi que lon aimera mieux. Et qui la voudra conseruer, cela se doit faire par semblables: iouxte celle commune sentence tant celebrée. La santé est cõseruée par « choses semblables. Nous appellõs « en cest endroit choses semblables tout ce qui conserue le corps humain en son mesme ou semblable temperament, soit de qualité opposite, ou semblable. Toutefois que Galien dit autremẽt au tiers liure des Aliments. Aux animaux « (dit il) qui sont de leur premiere « nature & cõformation d'vn tem- « peramẽt louable, conuiennent a- « limẽts de semblable qualité à leur « nature. Mais à ceux qui de leur « commencement & premiere con- « formatiõ sont mal habituez, & de «

Choses semblables.

" mauuais temperamẽt, ou bien qui
" l'ont acquis tel par leur deprauée
" raiſon de viure, ne ſont vtiles les
choſes ſemblables à leur comple-
" xion: ains plus toſt celles qui ſont
" de qualité cõtraire. Item dit Ga-
" lien au premier des Aliments. Si
le corps humain eſt biẽ temperé,
" c'eſt à dire qu'il ſoit droit au mi-
" lieu des quatre qualitez premie-
" res ſans decliner çà, ny là: il ſera
cõſerué en celuy eſtat par alimẽts
" tẽperez. Mais s'il decline à l'vne,
" ou pluſieurs d'icelles: c'eſt à dire
" qu'il ſoit plus froid, ou pl⁹ chaud,
plus ſec, ou plus humide, pour
" neant on luy baille aliments tem-
" perez. Car d'autant qu'il eſteſlon-
" gné de la mediocrité, d'autãt doit
il eſtre tiré à l'eſtat oppoſite. Et ce-
" la ſe doit faire par les cauſes con-
" traires à ſon intẽperature, leſquel-
" les ſoient eſlongnées de ce moyen

en pareil degré de leur oppoſitiõ. Par ces choſes il appert que le tẽperament louable doit eſtre conſerué par ſes ſemblables. Et celuy qui en eſt fort eſlongné, doit eſtre corrigé par les cõtraires en pareil degré: comme (par exemple) celuy qui eſt chaud au tiers degré, a beſoing de choſes froides au tiers degré, pour eſtre reduit à ſon moyẽ. Car les cauſes contraires en moindre degré, ne peuuent entieremẽt corriger l'exces contraire, comme on peut voir par le meſme exemple. Car ſi vous ne luy dõnez que choſes froides au premier ou ſecõd degré, vous ne le pourriez reduire à la vraye mediocrité, par ce qu'il tiẽdroit touſiours plus de chaleur. Et les cauſes qui l'excedent, introduiroiẽt vne nouuelle dyſcraſie, & nouueau exces, d'autant & pareil degré comme elles

ſont exceſſiues. Car ſuiuãt le premier exemple, ſi vous dõnez choſes froides au quart degré à celuy qui eſt chaud au tiers, tãt s'en faudra que vous le reduiſez à ſa ſymmetrie, que vous le refrigerez par trop. Il y a en outre vne intemperature laquelle ne decline guiere de la parfaite ſanté, & ſi elle n'approche de celle qui en eſt fort eſlongnée: laquelle doit eſtre corrigée & changéee en meilleur eſtat par cauſes contraires, aumoins en ceux qui ne peuuent aiſémẽt ſupporter telz legers ennuits en leurs actions. Mais aux autres elle doit eſtre conſeruée par cauſes ſemblables, & en pareil degré diſtãtes de la vraye ſymmetrie & tẽperature parfaite. Car les corps qui l'excedent en chaleur, demãdent vne raiſon de viure en meſme degré de chaleur. Parquoy la nature té-

perée doit estre conseruée par les causes tẽperées. Et l'intemperée, par les causes contraires en pareil degré. Car le corps seroit offensé, si l'exces des causes salubres excedoit l'exces du corps. A ceste raison les causes temperées doiuẽt estre administrées en l'air temperé. Mais en l'air intemperé elles doiuent estre autant muées en qualité contraire, comme l'air sera eslongné du vray temperamẽt.

De l'air ambient, des vents, regions, maisons, & vestements.

CHAP. II.



L'AIR peut plus alterer & immuer nostre corps, & nos esprits, que ne fait le manger & boire. Donques veu que l'air est la ma-

tiere de la reſpiration, il ne ſera moins vtile, ny moins neceſſaire à la vie, que la meſme reſpiration. Car par ſon benefice, la ſymmetrie & proportiõ de la chaleur naturelle eſt conſeruée: & la ſubſtãce des eſprits vitaux & animaux nourrie & alimentée. Ioint que ſans reſpirer on ne ſauroit viure vn ſeul moment.

L'air agit és corps inferieurs, ou par ſes ſeules qualitez, ou par ſa ſubſtance totale. Et ce ou par attouchement & principalement eſtant attiré par la bouche, & par le nez en reſpirant; ou par tranſpiration, eſtant attiré par les pores du cuir: laquelle attraction ſe fait au moyen de la pulſation des arteres. Donques le bon air eſt cauſe ſalubre. Et au contraire le mauuais, corrompu, & vicié eſt pernicieux à tous aages, & à toutes natures.

Non toutefois à tous egalement, comme pésoit Ægineta. Car ceux qui ſont de vie plus brieue, ſont plus toſt affligez & ſurprins du mauuais air, que ne ſont les autres. L'air eſt dit vicieux quand il eſt gros, eſtouffé, nebuleux, & infect par l'halaine des gẽs. L'air de marets eſt auſſi treſmauuais pourautant que outre ce qu'il eſt gros, il s'y engendre certains petis animaux, leſquels n'eſtans aiſement apperceuz de la veuë, entrent en noſtre corps par la bouche, ou par le nez, quand nous reſpirõs. Dont ſouuẽt s'engendrẽt maladies tres difficiles. De ſorte & maniere que iamais, ou peu ſouuent ne ſe troue bon air és lieux mareſcageux, comme il appert de l'air de rauẽne, ou d'Alexandrie en Egypte, auquel lieu toutefois le vice procedant des marets & paluz, eſt

L'air vicieux.

corrigé & expulsé en Esté par l'ãnuelle inondation du Nil.

Or puis qu'ainsi est, que c'est vne mesme raison, & mesme art, que des choses contraires, comme veulent les Philosophes, il est manifeste que la purité & syncerité de l'air sera salubre. Nous appellons la purité de l'air, quand l'air est de substãce tant pure & subtile, que sentant le Soleil leuãt, il est tost eschauffé : & tost refroidi, au Couchant. Car en autre maniere ne se peut trouuer air de pure substãce, attẽdu qu'il n'y a point d'Element pur & simple. Outreplus l'air est d'vne substãce tãt subtile, & deliée qu'il ne peut estre endurci, ny congelé pour quelque froid qu'il face. Cõbien que Theophraste soit d'opinion contraire, disant que l'air qui n'est agité, se peut congeler. L'air le plus vicieux

cieux en qualité manifeste, c'est celuy qui est chaud & humide, cõme il appert par les effects qui s'en ensuiuent. Mais l'air vicieux en qualité occulte, c'est celuy qui est corrõpu par les influẽces celestes. Car, comme dit Aphrodisée, il est vicié par vne pestilente influence des Astres. A ceste raison l'influẽce de la Lune a proprieté de putrefier les corps morts. Et de fait il cõste par experiẽce que la chair est plus tost corrompue & pourrie sous la Lune, que sous le Soleil. Dont Theophraste dit, que la chaleur de la Lune augmente toute putrefaction.

Il y a grande controuerse entre les Docteurs & Philosophes, de la qualité elementaire de l'air, assauoirmon s'il est chaud, comme sa generation le porte, estant fait de l'eau extenuée & subtiliée, suiuãt

l'opinion d'Ariſtote & de Galien en pluſieurs lieux : ou bien s'il eſt froid cõme veulent les Stoïciens. Car cõbien qu'il ſoit chaud & humide eſtant comparé à la terre, & à l'eau: toutefois eſtant comparé à nous, il ſera trouué froid & ſec. Ioint auſſi que Galien afferme en certain lieu, que l'air eſt vn Element froid de ſa nature: pourautãt qu'il eſt froid en comparaiſon de nous, & de noz eſprits internes, refroidiſſant & le corps & les eſprits. Il reſould auſſi en toute diſpoſitiõ, parquoy il eſt ſec. Et tout animant eſt diſſipé, & reſould en l'air ambient par tranſpiration inſenſible. Itẽ l'air eſt froid de nuict, il eſt froid en Yuer, il eſt froid ſous le Pol, meſme qu'il s'y congele ſelon Theophraſte: il eſt auſſi touſiours froid en ſa moyenne region, qui eſt ſon centre. Donques tou-

L'air eſt froid & ſec.

tes ces choſes conſiderées il faut neceſſairement conclure que l'air eſt de cõplexion froide, & de ſon naturel: moyennant qu'il ne ſoit alteré par la reflexion des rayons du Soleil. Or eſt il vray qu'il eſt alteré par le mouuemẽt du Soleil en quatre manieres: aſſauoir en l'Eſté, qui eſt chaud & ſec: en l'Yuer, qui eſt froid & humide: au Printemps, qui eſt temperé: & en l'Automne, qui eſt inegal.

L'air eſt alteré par le Soleil.

Itẽ eſt aſſauoir que le Soleil n'a en ſoy actuellemẽt la chaleur qu'il gette en terre, n'eſtant compoſé des quatre Elements, & ce neantmoins il eſchauffe les regions baſſes, de ſoy & de ſa propre vertu. Et ce par trois raiſons. C'eſt aſſauoir par ſa proximité, par la direction de ſes rayons, & par la retardation d'iceux. Mais toutefois beaucoup moins pour raiſon de ſa proximi-

Trois cauſes par leſquelles le Soleil noꝰ eſchauffe.

té,que par les deux autres cauſes, comme il appert en Yuer, auquel temps le Soleil eſtant en l'oppoſite de ſa Iante, c'eſt à dire du tour de ſa roue,il eſt plus pres de la terre,& par conſequēt de nous, qu'il n'eſt aux autres ſaiſons : & toutefois il nous eſchauffe moins.Item il eſchauffe d'auantage par ſon ſeiour,qu'il ne fait par la directiō de ſes rayons:comme il appert par le temperament de la region qui eſt aſſiſe droit ſous le cercle equinoctial:en laquelle le Soleil gette en terre ſes rayons droit & à plomb, deux fois l'année : aſſauoir enuirō la my-Mars, qu'il entre au ſigne d'Aries:& enuiron la my-Septembre,quād il entre en Libra.Et nōobſtāt ce,icelle dite region eſt nō ſeulement habitable, mais auſſi tēperée.L'eſté dōques eſt chaud, à cauſe que la reflection des rayōs

L'eſté eſt chaud & ſec.

du Soleil eſt plus directe, & plus perpendiculaire : & à ceſte cauſe plus vehemẽte en eſt la chaleur. Il eſt en outre ſec, à cauſe que par ceſte ardante chaleur, l'air eſt rarefié & eſclarci, & à ceſte cauſe l'humidité en eſt conſommée, & diſſipée. Dont s'enſuit la ſeicchereſſe, la faute des roſées & pluyes. Apres l'Eſté s'enſuit l'Automne, lequel par meſme raiſon eſt ſec, & rare. Et ſe mue toſt, tãt pour la chaleur du iour, que pour le froid de la nuict: au moyen dequoy il eſt inegal. Et pour cauſe de ſon inegalité, il eſt plus inſalubre que nul autre temps. Auerroïs declare amplement comment ſe fait que le tour & changement des quatre ſaiſons de l'An, eſt neceſſaire à la cõſeruation de ſanté. Car les meilleurs temps ſont ceux qui gardẽt leurs propres conſtitutions, & les

L'autõne eſt inegal.

Les quatre ſaiſons ſont neceſſaires à la ſanté.

temperaments telz qu'ils doiuent auoit. Et au contraire d'autãt plus qu'ils s'eslongnent de leur naturel, d'autãt sont ils plus insalubres & mal sains. Car, cõme dit le bon
" vieillard Hippocras, Les mutatiõs
" de temps, engendrẽt les maladies. Comme il appert par les Charbons & Antrax qui suruindrent en Cranon, à cause des grandes pluyes qui tombarent durant les ardantes chaleurs. Cecy se void aussi au Printemps, lequel de soy est le plus temperé & salubre de tous. Et ce neantmoins il est insalubre quãd les feuilles du Figuier ont la forme d'vn pied de Corneille, c'est à dire en son commencement, pourautãt qu'alors il tiẽt plus de l'Yuer, duquel il est encores prochain, que de l'Esté. Tite Liue excellẽt Historiographe Romain, fait mention comment le

Le Printemps au commẽcement insalubre.

vaillant Hannibal de Carthage, perdit vn œil pour l'indiſpoſition de celuy temps. Parquoy nous tenons pour certain, que l'année cõſtante, & ſans grandes mutations, eſt ſalubre. Mais l'année inconſtãte ayant pluſieurs & diuers changements, eſt inſalubre, & ſubgette à pluſieurs grãdes maladies. Tout ainſi pouuons nous dire des iours. Car ceux auſquelz il fait maintenant grand' ardeur, & puis froid, comme on void en l'Autõne, ſont inſalubres. Il y a toutefois vne certaine inegalité au iour, laquelle eſt naturelle & non vicieuſe : par laquelle le iour repreſente aucunement toute l'année. Car par le Matin, eſt repreſenté le Printẽps. Par le Midi, eſt repreſenté l'Eſté. Par le Soir, l'Automne. Et par la Nuict, l'Yuer. Les mois auſſi ont leur inegalité. Car ils ſont plus

Inegalité du iour naturelle.

Inegalité des mois.

froids & humides quand ils decroiſſent,à cauſe que la Lune decroit. Car tout ainſi cõme en l'an, le Soleil approchant ou reculant, eſt cauſe des mutations en l'Yuer, & en l'Eſté:auſſi la Lune eſt cauſe des mutationsqui ſe font au mois: non toutefois pour ſapprocher ou eſlongner,comme le Soleil, mais pour croiſtre ou decroiſtre. Car croiſſant elle eſt plus chaude & ſeiche,repreſentant l'Eſté : & decroiſſant elle eſt froide & humide, repreſentãt l'Yuer. Outre plus entant que la Lune a quatre faces, elle peut eſtre comparée au iour, & à l'an. Car au premier quartier elle eſt humide & aucunement chaude:eſtãt pleine elle eſt chaude, & plus ſeiche qu'au premier: au dernier qu'elle s'enuieillit, elle deuient ſeiche & froide. Finalement eſtant au defaut, elle ſe fait

Les qualitez des quartiers de la Lune.

froide & humide, par ce qu'alors elle eſt priuée des rayons du Soleil, leſquelz, comme chacun congnoit, ſont chauds. Au ſurplus l'air ainſi changeant ſes qualitez ſelon le mouuement du Soleil, n'agit pas touſiours d'vne meſme ſorte enuers toutes complexions. Car ſi ceux qui ſont d'aage & temperament froids, & humides, ſe treuuent bien l'Eſté, ceux qui ſont chauds & ſecs, ſe porteront bien l'Yuer. Itē ſi ceux qui ſont chauds & humides ſe treuuent moyennement bien en Eſté & en Yuer, en Eſté pour raiſon de leur humidité, & en l'Yuer pour raiſon de leur chaleur, il eſt manifeſte que l'air de contraire qualité au temperament, & à l'aage de la perſonne, luy ſera touſiours ſalubre. Et à ceux (dit Galien) qui declinent en quelque qualité exceſſiue, l'air le

Conueuāce des complexions aux parties de l'air.

« plus contrariant à icelle, leur eſt
« le plus vtile. Mais aux corps tem-
perez, l'air temperé eſt treſſalu-
« bre. Et pour mieux dire, il eſt prou
fitable à toutes perſonnes en tous
aages, & toutes complexions: aux
temperez, tresbon, par ce qu'il eſt
ſemblable à leur nature: aux inté-
perez, bon, par ce qu'il contrarie à
leur dyſcraſie: combien qu'il ne
leur ſoit le meilleur, comme il ap-
Les ſignes du bõ air. pert par ce que deſſus eſt dit. Or
il y a pluſieurs choſes qui nous
donnent à cognoiſtre la bonté de
l'air: cõme ſont les lieux exempts
de profondes valées, de nuées &
brouillars, auſſi la bonne habitu-
de & diſpoſition des habitans.
Comme quãd ils ſont de couleur
viue, de bons diſcours, de bonne
Les ſignes du mauuais air. veuë & ferme, d'ouïr ſubtil, &
voix claire. Les choſes à ce cõtrai-
res monſtrent que l'air eſt mau-

uais & vicieux. Mais il faut noter, que ceux qui ont le cuir mol, & rare, ſont les plus toſt alterez & ſurprins de l'air, & autres cauſes externes. Parquoy toute perſonne (mais ceux là principalemẽt) doiuent euiter toute extremité de chaleur & froideur: & toute grande inegalité, comme le froid du ſoir, & du matin en Automne, & l'ardeur du midi.

Sous la ſignificatiõ de l'air, nous comprenons toutes manieres de vents, grands, petits, & moyens. L'obſeruatiõ & cognoiſſance deſquelz eſt neceſſaire, par ce qu'ils alterent non ſeulement le corps, mais auſſi l'eſprit. Car (comme on void par experience) là ou il y a grands tourbillons & varietez de vents, le peuple y eſt difficile, arrogãt, & feroce. Le vent (dit Hippocras) n'eſt autre choſe qu'vne

Des vẽts.

Definitiõ de vent.

« vague mouuãt,ou vn flot de l'air:
« par lequel estant souuent agité auec quelque esmotion,il se purge. Or est il notoire que l'exhallation prouoque l'air par son mouuement,&icelle se mouuant lateralement en l'air, est appellée vent par Aristote. Ceste exhallatiō(qui n'est autre chose qu'vne vapeur subtile,chaude & seiche) fait son mouuement en la basse region de l'air, és enuirons de la terre. Car estant poulsée en haut,tant par sa legereté, comme par la vertu attractiue du Soleil & des Astres, elle vient à trouuer pour empeschement la moyenne region de l'air : laquelle par sa grande frigidité,dechassant toute chose chaude,la repoulse en bas.Par ainsi ceste exhallation ainsi repoulsée par la frigidité de l'air,prēd son cours és enuirons de la terre. Et pour-

autant que telles exhallatiõs ſont aſſopies par le trop grand froid,& diſſipées par l'ardante chaleur,on dit communement que le Soleil augmente & appaiſe les vents. Il les augmente à ſon leuer, & à ſon coucher: mais il vient à les reſouldre & ſupprimer ſur le midi, & principalement aux chaleurs d'Eſté.

Les differences des vents ſont prinſes de l'arreſt & certitude de leur cours, cõme ſont les Eteſies, vẽts ainſi nommez par les Grecs, qui eſt autãt à dire cõme annuels: à raiſõ qu'il n'y en a point de plus certains, ny plus arreſtez. Car annuellement ils cõmencent à souffler, deux iours apres que l'Eſtoille caniculaire eſt leuée: & ce conſtamment quarante iours continuels, ſe leuans iournellement à trois heures de matin. Mais la *Des Eteſies.*

nuiƈt quãd ladite Eſtoille eſt cou-
chée ils ceſſent totalement. Or ſe-
lon Senecque, ces vents cauſent
l'inondation du Nil. Combiẽ que
Herodote ſoit d'aduis contraire.
Autre doute. Diodore Sicilien dit
que ces vents anniuerſaires, ne
ſont point Septentrionaux : ains
qu'ils viennent de l'Occidẽt d'E-
ſté. Et Pline dit qu'ils ſoufflent du
« coſté de Biſe, diſant ainſi: A my-E-
ſté la Biſe adoucit & appaiſe l'ar-
« deur des Aſtres. Et lors changeãt
« ſon nom, elle s'appelle Eteſies. Et
ſemble que Galien veuille fauori-
« ſer audit Pline quand il dit : Les
Eteſies apres le Solſtice d'Eſté, en-
« ſuiuent le Soleil quand il s'en re-
tourne: l'air eſtant ia plus gros, &
« eſpais, de la part de Septentrion.
« Item au troiſieme des Epidemies:
Les Eteſies ſoufflans (dit il) appai-
« ſent l'ardeur d'Eſté. Item, Les E-

tesies, & leurs auantcoureurs a- »
moderent l'Esté. Les differences des vents sont ainsi prinses des lieux & regions ou particulieremẽt ils soufflent : comme Circius qui souffle és enuirons de Narbonne, lequel n'a son pareil en violence. Itẽ, en plusieurs maisons les lieux serrez & ombrageux ont leurs manieres de vents. Plusieurs autres especes de vents sont tirées des quatre principales regiõs du Mõde. C'est à sauoir du Leuant, du Couchant (qu'on appelle autrement le Ponant) du Midi, & de Septentrion. Le Midi & Septentrion sont tousiours stables & permanans en vn lieu: Mais le Leuãt, & Ponant au contraite. Car ils sont diuers, & changent souuent de lieu, pour raison de la continuelle mutation que fait le Soleil montant & descẽdant par les de-

grez du Zodiaque, tendant d'vn Tropique à l'autre, & paſſant par l'Equinoctial. En maniere qu'on fait trois Leuants, & autant de Couchants. Aſſauoir le Leuãt du Printemps, de l'Eſté, & de l'Yuer. Du Leuant du Printemps, qu'on

Solerre. peut autrement nommer Vernal, ſouffle le Solerre, lequel nous deurions plus toſt nommer Solaire, comme qui diroit ſoufflãt de l'endroit ou ſe lieue le Soleil, quand il fait ſon Equinocce. Les Italiens le nomment Leuante. Du Leuant

Cecias. d'Eſté ſouffle Cecias ainſi nommé des Grecs. Du Leúant de l'Yuer, autrement nommé Leuant

Eurus. Brumal, ſort Eurus. Item du Po-

Zephyre. nant Vernal ſouffle Zephyre, autrement le vent d'embas, & en

Chorus. Italien, Ponẽte. De l'Eſtiual, ſouf-

Affricain fle Chorus. Et du Brumal, l'Affri-

Auſter. cain. Du droit Midi vient Auſter, appellé

appellé du vulgaire le vent Marin. Entre cestui Auster, & l'Oriét d'Yuer, est vn vent nommé Euronotus. Et entre ledit Auster & l'Occident, est Libonotus. Le vent de Septentrion nommé par les mariniers le North, & par les Italiens la Tramontana, souffle directement à l'opposite de l'Austre. Et d'entre ledit North, & l'Oriét vient Boreas, autrement nommé Aquilon, & vulgairement la Bise. Et entre ledit North, & le Ponant est le susdit Circius, nommé des Grecs Thracias. Ainsi le traite Vitruue en son premier de l'Architecture. Et Vegece au quart de l'Art militaire, mais vn peu plus obscurement: disant que les vents collateraux soufflent à dextre ou à senestre. Pour l'intelligence desquelles choses faut noter que les Astrologues & Astronomes par la

Euronot.

Libonotus

Le North

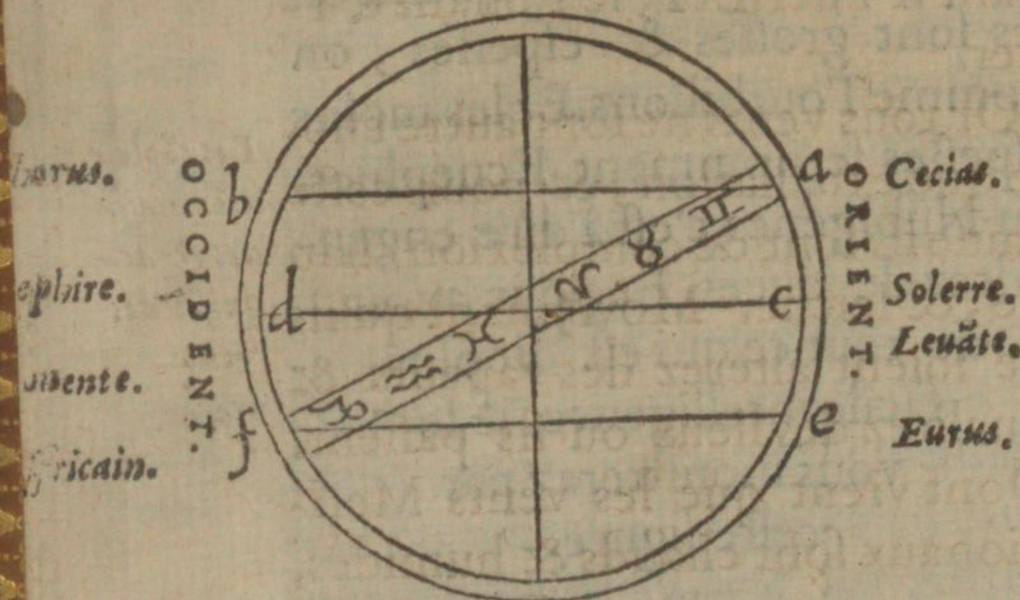
Boreas.

Bise.

Circius.

La dextre selõ les Astronomes dextre entendẽt l'Occident, pourautant que considerant les mouuemẽts des corps celestes ils tournent leur face deuers le Midi. *Dextre selon les Geographes.* Mais les Geographes entendent l'Orient par ce qu'ils contemplent l'eleuation du Pol arctique, vulgairemẽt appellé l'Estoille du North, ou la Tramontana. Et les *La dextre selon les Poetes.* Poëtes par la dextre entendent le Septentrion, par ce qu'ils tournẽt leur face deuers l'Occident à cause qu'ils contemplent les Astres couchants. Theophraste en son liure des Vents, en fait plusieurs autres differences, comme les Apogées, lesquelz Aristote dit souffler de la terre humectée, & principalemẽt le matĩ. Eccolpies sont vents qui soufflent d'vn golphe ou reculée de mer. Tropées & Altaus, sont vents qui se leuent sur mer, fleuues ou estangs. Et

ceux qui naiſſent d'vne nuée fendue ſont appellez procelles, & tourmentes: leſquelles quand elles ſont groſſes & eſpeſſes, on nomme Tourbillons. Et les moins eſpeſſes ſe nomment Ecnephies, ou Nubigenes, c'eſt à dire engendrez de nuées. Et pour auoir de tout ce qui eſt dit plus facile intelligence, ie le vous monſtreray par ceſte figure.



Pour l'intelligence de ceste figure, amy Lecteur, il te faut noter que A, te monstre l'Orient d'Esté. B, l'Occident d'Esté. Et C, l'Orient du Printemps & d'Automne, que les Iours & les Nuicts

ſont egaux par l'Vniuers. D, ſignifie l'Occidẽt Vernal. E, le Leuant d'Yuer. Et F, le Ponant d'Yuer.

Or tous vents ne ſont autre choſe que exhallation, & pour ceſte cauſe ils ſont de complexion chaude, & ſeiche. Moyennant qu'ils ne ſoient alterez des vapeurs & qualitez des lieux ou ils paſſent. Dont vient que les vents Meridionaux ſont chauds & humides, pourautant qu'ils paſſent par la Zone torride, & par la Mer mediterranée. Et les vents de Septentrion ſont froids & ſecs. Et combien que Auerrhois ſoit d'opiniõ que les vẽts de Ponant ſont froids & humides, & ceux de Leuant chauds & ſecs, toutefois ſelon l'Ariſtote Eurus qui vient du Leuant eſt humide. Et Fauonius autrement Zephyre qui vient de l'Oc-

Les cõplexiõs nayues & acquiſes des vents.

cident,eſt tres temperé, tenant le moyen entre chaud & froid. A cauſe dequoy il eſt ſerain, & le plus plaiſant de tous les vents. Et par ainſi les vents de Leuant ſont chauds & humides. Mais moins que ceux de Midi. Et ceux de l'Occidēt ſont froids & ſecs, mais non tant que ceux du Septentriō. Dont il ſ'enſuit que ceux du Leuāt ne ſont rien plus ſalubres que ceux de l'Occident, comme penſoit Auicenne. Car le plus ſalubre de tous c'eſt le vent de Biſe: pourautant qu'il conſomme toutes ſuperfluitez. Et outre ce, il fortifie & reſerre les corps: & les rend plus agiles, & mieux coulourez, il eſclarcit l'ouyr, & purifie tous les ſens. Le vent Marin eſt nuiſible, & plus eſtant ſec qu'auec pluye: par ce que ſans pluye il eſt plus chaud. Zephyre adoucit la vio-

lence de l'Yuer, & eſt plus vtile à l'agriculture que nul autre. Il rẽd les femelles des oiſeaux plus fecõdes. Car pour certain les Perdris eſtãts à l'oppoſite de leurs maſles ce vent ſoufflant de la part deſdits maſles, elles ne faillẽt de cõceuoir: à fin q̃ ie ne m'arreſte à ce qu'en ont eſcrit Homere, Pline, & Solin. Aſſauoir que les Iuments de Portugal cõceuoient cedit vent ſoufflant. Sõme toute les vẽts qui corrigẽt les ſaiſons intẽperées, doiuẽt eſtre eſtimez de tous, ſalubres. Et les vents locaux qui viennent de lieux ſains, ſont ſalubres. Et ceux qui viẽnẽt de lieux mal ſains, ſont inſalubres. Parquoy tous vents locaux ſont cõmunemẽt plus maladifs, q̃ ne ſont les vents vniuerſels.

Des regiõs & de leurs qualitez.

La diuerſité des regions engendre varieté d'humeurs, muãt auſſi le temperament des perſonnes, &

par consequent les meurs, nõ toutesfois de soy, ny de leur propre nature, ains pour raison de l'air estant ainsi diuersifié par la varieté des regions. Non sans cause donques le temperament de l'air sera diuersifié, & pour cause de la partie de l'an, & pour raison de sa situation plus ou moins chaude. Quant aux aages, les vns se portent bien en certains lieux, & en certains temps, & les autres, mal. Aristote dit que ceux qui habitẽt les regiõs par trop froides, ou par trop chaudes sont d'vn fier regard, & de meurs nõ moins cruelles, que sauuages. Itẽ dit que ceux qui habitent les païs chauds, sont de vie plus longue, & sont plus sages & plus craintifs : & ceux des regions froides sont plus robustes. Et dit en outre que ceux des païs marescageux, sont plus paresseux

& endormis:& la cauſe de ce n'eſt autre que l'intemperature & indiſpoſition de l'air. Parquoy en Scythie, region fort Septentrionale, ne fut iamais trouué qu'vn Philoſophe, aſſauoir Anacharſis. Mais au contraire en la cité d'Athenes en ſont eſté pluſieurs de grande renommée, pour la bonté & clemence de l'air. Item en Abderite ſont eſté trouuez grand nóbre de fols: & en Athenes point ou peu. Et pourautant eſt il manifeſte, que pour bien diſcerner les qualitez des regions, il faut diligemment conſiderer l'habitude, la couleur, l'engin & promptitude de l'eſprit, & les meurs des habitans d'icelles, comme a deſia eſté monſtré cy deſſus parlant de l'air. Les regions de Leuant & Septentrion, ſont les plus ſalubres. Item les lieux hauts, froids, & ſecs

plus que les plaines, & lieux bas. Parquoy les habitans des lieux eſleuez & deſcouuerts enuieilliſſent plus tard. Et ceux qui habitent en baricaues, en paluz, & mareſcages, enuieilliſſent toſt, pourautant que l'air n'y eſt point eſuenté, ains corrõpu & vicié. Mais pourquoy les habitans des regions chaudes comme Siriens, Arabes, Mores, & Indiens ſont timides? Et ceux des pays froids comme François, Anglois, Alemans, Scythes, & Thraces ſont forts & robuſtes? C'eſt pour raiſon de la groſſeur & frigidité du ſang, qui ſont les deux cauſes de couardiſe, comme a tresbiẽ noté Virgile par ces deux vers:

Les cauſes de couardiſe.

Le gros ſang froid melancholique,
S'aſſemble au cueur de l'Arcadique.

Aucuns y veulent adiouſter la petite quantité du ſang pour la tierce cauſe. Car l'abondance du

ſang fait les habitans des regions froides plus courageux. Mais ſ'ils en ont plus grande quantité, auſſi eſt il plus aigueux, dont ils ſe refroidiſſent toſt apres leur premiere impetuoſité. Et le contraire ſe fait és pays chauds : car eſtant en noiſes & combat, le ſang leur va de plus en plus esbouilliſſant, cõme on void aux Mores & Indiẽs, leſquelz aſſaillẽt leur ennemy de pres & ſi rudement, que encores qu'ils en ſoient attaints, & ia trãſpercez de part en part, ils ne lairront pour cela de ſe lancer ſur les ferremẽts de leur aduerſaire, auec impetuoſité nõpareille. On peut en outre colliger l'audace des nations, par la cruauté des beſtes ſauuages de leur pays, comme on peut voir par les Lions des parties plus chaudes de l'Afrique, leſquelz aſſaillent l'homme de trop

plus grande fierté , comme trop plus cruels & furieux qu'ils ſont, que ne font ceux des montagnes froides de Septentrion.

Les baſſes valées qui ne ſont point mareſcageuſes, ny aquatiques deſeichent & eſchauffent. Les bas marets eſchauffent & humectent. Item mieux vaut habiter loing de la Mer que moyennement pres, pourautant que les entredeux ſont cõmunement halitueux, & puants. Et ſans cela les lieux maritimes ſont fort propres & tres idoines à prolonger la vie, à cauſe que noſtre humeur radicale eſt moins conſommée en l'air humide. Ioint que pour raiſon du ſel, elle y eſt moins ſubgette à putrefaction (moyennant toutefois qu'ils ne ſoient mareſcageux.) Et de fait l'Auerrhois tient que la vie y eſt plus longue, à cauſe que

Des lieux maritimes.

la chaleur, & l'humidité y ſont plus grãdes. Plato ce neantmoins veult qu'on ſe recule de la Mer: mais ce ne dit il pas à raiſon de la ſanté, ains plus toſt à cauſe que la Mer eſt comme nourrice de meſchancetez. Et comme dit Strabo, le peuple maritime eſt le pire, & le plus meſchant de tout le Monde. De ſorte qu'en prouerbe commun les meurs maritimes ſont celebrées pour les treſ-meſchantes meurs: par ce que le peuple y eſt fort conuoiteux de choſes nouuelles, ſe reſentant du naturel de la Mer leur voiſine. Car tout ainſi comme le propre & naturel de la Mer, eſt d'eſtre pleine de vagues, de tourmentes, de tempeſtes & vents: auſſi ſont ſes voiſins touſiours malins, inconſtans, & ſans arreſt, en leur eſprit. *Les meurs maritimes.*

Pareillement il eſt conuenable

de changer aucunes fois d'air & de pays. Car tout ainsi cõme l'air temperé, est tressalubre aux corps temperez: aussi aux intemperez, l'air de contraires qualitez à leur tẽperament leur est tresbõ: pourautant que tout ainsi que les complexions temperées, sont entretenues & conseruées par causes temperées: aussi sont les intemperées, par causes intemperées. Tout ainsi est des maladies, car les vnes se portent bien, les autres mal, selon le temps, le lieu & la raison de viure. Il est proufitable aux longues maladies de changer d'air, & de pays, & aux maladies que nous appellons chroniques, comme au mal caduque, aux tabides, & phtisiques, en la pestilence, & semblables. Et qui n'a le moyen de changer pays, il faut alterer & purifier l'air auec grands feuz ardents, cõ-

me faiſoit le bon Hippocrates, lequel par ce moyen appaiſa la peſte, laquelle venoit d'Illyrie en Grece. Le ſemblable fut fait par Acron Acragantin.

Sous le traité des regions nous comprenons auſſi tous lieux d'habitation : deſquelz ne faut ſeulement cõſiderer la force, & durée, mais auſſi le plaiſir & contentement, l'amenité & douceur du lieu (laquelle ſert auſſi à la ſanté) & principalement que le lieu ſoit ſalubre. Car cela rend les habitãs plus diſpots & plus robuſtes, & outre ce, d'eſprit plus ſubtil. Voila la ſeule cauſe parquoy les Atheniẽs ſont eſté plus ingenieux que les Thebains.

La bonne temperature & diſpoſition d'vn pays conſiſte en la ſituation du lieu, en l'aſpect qu'il a au Soleil, & en la nature des vents

Election pour habiter.

ausquelz il eſt ſubget. Parquoy la maiſon ſituée en lieu haut eſt la plus ſaine, & mieux eſtimée (par ce que tel lieu eſt plus conuenable à la ſanté, & pour la contemplatiō du pays.) Et qui aura l'ombre & les vents en Eſté, & le Soleil en Yuer. Pour auoir donques ces commoditez il faut prendre garde que la maiſon que tu baſtiras ſoit egalement poſée le doz à la Biſe: c'eſt à dire qu'elle ne ſoit tournée à tous vents: ains qu'eſtāt vn peu plus longue que large, elle regarde le Midi, cōtre lequel ſoufflent le vent de North & de Biſe: par ce que le Soleil marchāt plus haut en Eſté, n'entre pas dedans les maiſons qui regardent le Midi. Et en Yuer au contraire. Car par ce qu'il marche plus bas, & plus pres de la terre, il entre du tout, & facilemēt par les feneſtres.

Par

Par ainſi tels edifices auront l'ombre & les vents en Eſté : & le Soleil, en Yuer. A ceſte cauſe les chābres d'Yuer doiuēt regarder l'Occident equinoctial: & celles de l'Eſté doiuēt regarder le Midi equinoctial. Et les ſales à manger l'Eſté, ſoient tournées vers l'Orient d'Yuer. Les bains & eſtuues, vers l'Occident d'Eſté, à fin qu'ils ſoiēt clairs apres midi iuſques au ſoir. Les alées & proumenoirs ſoient expoſez au Midi equinoctial, à fin qu'en Yuer ils reçoiuent abondāment le Soleil, & peu en Eſté. Parquoy quand il eſt queſtion de baſtir & edifier, il faut ſongneuſement conſiderer les quatre principales regiōs du Monde, aſſauoir l'Orient, l'Occidēt, le Septētrion, & le Midi, à fin d'ordonner certains lieux pour l'Eſté, & certains pour l'Yuer. Car il faut neceſſai-

rement que chacun aye ses largeurs, & situations. Les logis d'Esté veulent estre plus spacieux. Et si ceux d'Yuer sont vn peu plus estroits & pressez, ils n'en serōt que meilleurs. Item les ombrages & les vents sont conuenables à ceux d'Esté: & le Soleil, à ceux d'Yuer. D'auantage l'art d'edifier a prins son commencement de la necessité. Car les edifices ont esté necessaires pour la conseruation de noz viures. Par ce mot de noz viures, nous faut entendre nostre boire, manger, habits, & generalement tout ce qui est necessaire à la vie humaine.

Maniere de corriger l'air de la maison.

Il y a en outre vne autre façon de corriger l'air en chacune saison. En Yuer nous rendrons l'air de nostre chambre plus salubre faisant couurir le plancher de nattes, ou de semblable couuerture.

Faiſant auſſi tendre tapiſſeries és enuirons. Et faiſant parfuns odorants de plantes, ſemences & eſcorces, leſquelz ne ſont chers, ny difficiles à trouuer, & neantmoins de grand proufit. Comme ſont romarins, genieure, eſcorces d'oranges, lymons, citrõs, & ſemblables. Et en Eſté aux grandes courts & places, aux aires & iardins, faut eriger maiſonnettes & fueillées de herbes, de feuilles & rameaux façonnées & enrichies de beaux ouurages, & belles façons comme en maniere d'oiſeaux, de vignettes, & ſemblables, & tout ce pour defendre du Soleil. Semblablement faut eſtre ſongneux d'alterer l'air, rafraichiſſant le paué des ſales & chambres à manger, auec eau de puits & vinaigre meſlez enſemble, ou bien auec eau roſe. Pareillement ſeroit conuenable à

ce, de tenir esdits lieux paniers, corbeilles, ou coffres pleins de fruits de complexion froide & humide. Et si on gette sur le paué desdites sales fleurs, germes, & semences de semblable qualité. A ce mesme seroit bon estẽdre courtines dorées au long des parois. En ceste façon en la terre de Presteian, on estend au long des parois de la chambre Royale, les peaux de certaines bestes sauuages, mesme pour preseruatifs de grãd' efficace, alencontre de l'air pestifereux. Quãt à moy ie serois d'aduis qu'au lieu de ce, on tapissast les parois de cuirs d'Hyrlande, à cause qu'ils dechassent tous venins, de sorte qu'en Hyrlande n'habite aucune beste venimeuse, à cause desdites peaux.

Outre plus il n'y a personne qui doute que le corps humain ne

ſoit alteré par les complexions & qualitez des veſtements, meſme que Hippocras defend à tous ceux qui ſont dangereux du mal caduque, tous veſtements & couuertures compoſées de peaux de cheures, à cauſe qu'ils ſont d'odeur puante & grandement nuiſible à la teſte : combien qu'elles defendent merueilleuſement du froid en Yuer, principalemẽt ſi on tourne le poil en dedens. Et en Eſté ils rafraichiſſent ſi on tourne le poil en dehors. Les habits rompus & legers ſont nuiſibles en Yuer. Et les peſants, & fort chauds ſont mauuais pour l'Eſté, mais tout ecy par accidẽt. Car quand ils ſont ia eſchauffez de nous, ils nous rechauffent apres d'auantage, rendãts la chaleur qu'ils en ont prinſe. Et ſi pour la difference des veſtemẽts on veult auoir eſgard aux

Des veſtements.

ſaiſons de l'An, il eſt notoire que les peſants ſeront de ſaiſon en Yuer, & les legers, pour l'Eſté : auquel ſont conuenables habillements de ſoye raſe, ou velue, damaſquinée, à ondes, ſans ondes, ainſi que ſera le plus aggreable. Ie m'eſmerueille de ce que Polybius commande de porter en Eſté habillements ſales, & engraiſſez de huile: veu que honneſteté & netteté eſt tant recommandée, meſme par le bon Hippocrates comme choſe tant familiere à noſtre nature. En ſorte que tant plus le ſang de la perſonne eſt pur & net, & tant plus luy eſt odieuſe ſaleté & ordure. En Yuer ſont conuenables chemiſes de nuict, camiſoles de laine, ou coton tiſſu. La piece qui couure l'eſtomac ſoit de drap d'eſcarlate, ou d'vne peau de Vaultour. Le pourpoint, ſoit de quel-

Habillemẽts d'Eſté.

Habillemẽts d'Yuer.

que camelot ou ſatin de Bruges. Les chauſſes haut & bas ſoient de laine, les chauſſons de toile, ou de laine. Maintenant au lieu de ſouliers & pantoufles, on porte en Yuer boutines & mules. Le ſaye & la robe d'eſtat, ſoient de matiere eſpaiſſe, ou bien de quelque choſe legere comme ſoye, ou autre bien fourrée. Entre les fourrures des habillements, les Martres ſubelines ſont les plus excellentes, & les plus ſalubres. Elles ſont legeres, odorantes: & les bonnes eſtant vn peu frottées ſont eſtincelantes, & pluſtoſt rouges que citrines. Apres ſenſuiuent les peaux de Taiſſon & Blaireau, & de Chats de pluſieurs ſortes, & diuerſes couleurs qu'on apporte des Sarmates. Car quant aux Chats de ce païs, Auenzoar dit que l'odeur en eſt fort contraire aux poulmons.

Fourrures de veſtements.

Et à ceste cause il les a en grande abomination. Il dit en outre que la peau d'Agneau cõforte les mẽbres des petits enfans. Et que celle du Lieure est conuenable aux grands personnes. Les fourrures odorãtes des bestes sauuages, sont de singuliere recommãdation, & nommément celles qui sont moschetées, cõme sont celles de Leopards, d'Onces, de Loups ceruiers, de Genetes, de Marcat, & des Anabules d'Afrique. Mais les peaux des Tygres & Pãtheres sont beaucoup plus aptes à faire couuertures de licts que à fourrer vestements, pour raison de leur espaisseur & pesanteur. Toutefois que maintenãt les gens de guerre portẽt vestemẽts de peaux de Loups, d'Ours, & de Veaux marins toutes entieres, & fort ingenieusemẽt acoustrées : comme aussi font les

Lapons qui ſont peuples Septentrionaux. On fait bonnes couuertures à lict de peau de Cerf, laquelle a vertu de chaſſer les ſerpens: ou de peau de Loup, qui dechaſſe les puces. Auſſi fait on de peaux de Lyõs, leſquelles ont vertu de chaſſer les artres & toute ſorte de vermine rongeant les habillemẽts. Et outre ce eſt fort propice, pour arreſter le flux des hemorrhoïdes, comme la peau de Loup eſt auſſi ſouueraine à la colique, & la peau de Renard, pour les gouttes. Pour couuerture de teſte pluſieurs ſe contentent d'vne coiffe. Aucuns adiouſtent ſur la coiffe vn bonnet de nuict, & de iour le bonnet ou chappeau. *Accouſtrements de teſte.*

Ce neantmoins que, ſoit de iour ou de nuict, on doit diligemment fuïr de trop couurir le cerueau, de peur de le debiliter. Et pour ceſte

cauſe dit Herodote, que les teſtes des Perſans ſont ſi fragiles, qu'on les tranſperce d'vn ſeul petit caillou, ou grauier. Et au contraire les teſtes des Egyptiens ſont ſi fermes, & dures, que à grand' peine les pourroit on eſcacher, ou rompre à grands coups de fortes pierres : pourautant que des leur enfance on leur raſe le poil, à cauſe dequoy le crane s'endurcit, & ſe fait plus déſe au Soleil. Et les Perſans font le contraire: car des leurs premiers ans on leur couure fort la teſte auec chappeaux, tiaires, & turbans. Et pour dire ſommairement, tout ainſi comme en toutes choſes la mediocrité eſt louable, auſſi eſt elle aux veſtements. Car l'ornement magnifique (permis toutefois à vn chacun ſelon ſon eſtat) donne autorité à la perſonne. Et au contraire, l'habit effeminé

& diſſolu auec ſuperfluité, tant ſ'en faut qu'il embeliſſe la perſonne, qu'il la diffame : deſcouurãt le cueur, les meurs, & affections deſordõnées. Et de là eſt sorti le brocard de Lucien diſant, Voyci ia la Primeuere venir, & d'ou vient ce Paon?

Des aliments, & de leurs differences & facultez, Auec la maniere de chaſſer l'indigeſtion, & crudité. Et du regime qu'on doit tenir au boire & manger. CHAP. III.



OMMENÇANT donques à la definition, ie diray que Aliment eſt vn corps ſortãt de la premiere miſtion des quatre Elements, lequel peut augmẽter noſtre ſubſtance, moyennant qu'il ſoit pre- *Definitiõ d'alimẽt.*

mierement digeré, & aſſimilé à icelle. Car autrement il ne pourroit nourrir, & ne meriteroit le nom d'alimẽt. Nutrition n'eſt autre choſe que aſſimilation de l'aliment en la ſubſtance de la choſe nourrie. Et concoction, ou, pour dire plus facilement, digeſtion eſt mutation de l'aliment en la propre qualité de la choſe qui prend nourriture. Parquoy les aliments conſeruent le genre humain. Car ſans iceux impoſſible nous ſeroit de viure ny ſaïs, ny malades: pourautant q̃ nous viuons ſeulement, tant que nous prenõs nourriture.

Nutritiõ.

Digeſtion

Les differences des alimẽts ſont prinſes de trois choſes: aſſauoir de leur ſubſtance, de leur preparatiõ, & de leur force ou vertu. De leur ſubſtance & matiere, pource que tous alimẽts ſont prins des grains & ſemences, des plantes, ou des

Les differences des aliments ſont prinſes de trois choſes.

animaux. Il y a deux especes de grains & semences : assauoir blez, & legums. Les blez sont comme froments de plusieurs sortes, le gros froment, la touselle, blé barbu, gros & le menu, blé de Turquie, blé Sarrasin, orge, brome, le gros millet, qu'on appelle melia en Piedmont, nostre millet commun, & le panis. Legums sont toutes manieres de semences qu'on cueille en arrachant de terre comme sont pois, febues, pois cises, phasioles, lentilles, lupins, comin, & semblables. *Deux especes de semences.*

Les plantes sont ou sauuages, ou domestiques & cultiuées, comme herbes à manger, tendrons de choux & autres, tẽdrons d'arbres ou arbrisseaux, racines, fruits d'Esté & d'Autóne, de petite durée, & de garde. Les animaux desquels nous prenons nourriture sont oi- *Des plãtes* *Du nourrissement prins d'animaux.*

ſeaux, poiſſons, ou terreſtres. Les oiſeaux ſont priuez ou ſauuages, & de chacun d'iceux y en a de ieunes, de vieils, & d'aage moyen. Item des gras, maigres, & moyēs.

Des poiſſons & de leurs differences.

Les poiſſons ſont d'eſtangs, de riuiere, ou de la mer: & aucūs d'eau moitié douce & moitié ſalée, cōme on void aux eſtangs maritimes. Item y a cinq differences de poiſſons prinſes de leur couuerture, car les vns ſont cartilagineux, & les autres non, cōme ceux qui ſont couuerts de ſquāmes, ou d'eſpines. Item les vns ſont de ſubſtāce molle, qui n'ont ny ſang, ny entrailles, comme la ſeiche. Les autres ont vne crouſte, comme cancres, & eſcreuiſſes, ou langouſtes: & les autres ſont couuerts de coquilles, comme ſont les ouytres, moules, & ſemblables.

Pluſieurs differences d'aliments

ſont prinſes de leur preparation, laquelle eſt non ſeulement vtile à noſtre ſanté, mais auſſi neceſſaire. Car quaſi tout ce qui dõne nourriſſement à l'homme, hormis le laict, eſt nuiſible, inepte, & mal propre à nourrir, ſi premierement il n'eſt aſſaiſonné par art, comme de boulengerie, de patiſſerie, ou bien de cuiſine: à fin de luy dõner ſaueur, pourautant que l'eſtomac ne peut bien cuire les viandes mal appreſtées. Parquoy (comme dit Platon) les flateries ſuruiennent aux arts, comme la cuiſine, laquelle eſt ſubgette comme ſeruante à la Medecine. Car ce qui eſt bien habillé & bien cuit par les cuiſiniers, eſt beaucoup plus toſt alteré & digeré, que ce qui eſt mal appreſté: ie dy plus toſt alteré en la bouche, en l'eſtomac, au foye, & veines, & finalement en chacune

De la preparation des aliments.

Les viandes bien habillées ſont plus toſt digerées.

partie du corps : par ce qu'il y a quatre digeſtiõs au corps humain, leſquelles dependẽt l'vne de l'autre.

Et de ce vient que du froment bien elabouré & bien accouſtré auec ſel & leuain, on fait pains de facile digeſtion, & grandement proufitable à la vie de l'homme. Mais n'eſtant ainſi bien appreſté, encores qu'il ſoit bouilli & bien maſché, il eſt ce neantmoins de digeſtion fort difficile, comme on void par experiẽce meſme en mille eſpeces de gaſteaux qu'on fait ordinairement, leſquelz ſont tous de tresforte digeſtion. De l'orge on fait farine ſeiche, ptiſane, orge mondé, paſſé, ou entier. Des legumes bien cuits on fait bouillons, purées, potages, chaudeaux, & pulments & pluſieurs autres manieres de potages. Des plantes & hortouaille,

hortouaille, toutes lesquelles, ou peu s'en faut, engendrent mauuais suc, se font plusieurs manieres de saulpiquets & condiments, & qui ne sont insalubres, ny impertinẽts: comme sont tourtes, chapplez, fricassées, gasteaux, tourteaux, lichements, salades, aigreurs, & plusieurs autres assaisonnemẽts, à fin que ie me taise de plusieurs autres condiments, & compostes qu'on fait d'herbes, racines, tendrons, & fruits: & des issues de table preparées auec succre & miel. Et par ainsi quant aux chairs & poissons il n'y en a point de bon à manger, s'ils ne sont bien apprestez. Or on les apreste en diuerse maniere, assauoir rotis, fricassées, croustellettes bouillits, potages, brouets, gelées: & en cest ordre peuuent estre nombrez les boudins, saulcisses, andouilles, archipots, & toutes

manieres de ſaulpiquets compoſez auec eſpices : auſſi pluſieurs manieres de potages, de bouillie, de paſtes, & toutes ſortes de farciments. Les chairs dures & fibreuſes qui ont petites fibres comme poils, veulent eſtre longuement mortifiées à l'air, & attendries auãt que d'eſtre mangées. Par ainſi la chair tuée du iour precedẽt, eſt de plus facile digeſtion que la recentement tuée. Entre les blez, legumes, & autres plantes, ceux qui ont quelque forte qualité, ne peuuent eſtre conuertis en nourriſſement tant peu ſoit, que premierement ils ne ſoient trempez, bouillis, ou fricaſſez, comme appert des lupins, ognons, aulx, & ſemblables. Et faut auſſi corriger aux viãdes tout ce qui eſt venteux, auec choſes chaudes & attenuãtes. Entre les laictages ſont cõprins four-

Les chairs fibreuſes veulent eſtre mortifiees.

correctifs des mauuaiſes qualitez.

Des laictages.

mages vieils & nouueaux, ſarras & ſarracõs, recoctes, ionchées, beurres & creſme. Les œufs s'appreſtẽt en diuerſes manieres, aſſauoir peu cuits, tremblans, durs, fricaſſez, & l'eſtouffée, deſquelz ſera parlé en ſon ordre. Les Veneurs cuiſent ſouuent les œufs non ſeulemẽt au feu, ou au Soleil, mais auſſi les tournoyant long temps en vne fonde. *Les œufs.*

Or maintenant pour l'election des aliments faut entẽdre que les grains ſerrez, eſpais, peſants, pleĩs, & qui ne ſont ridez, mais plus toſt vnis & polis par le dehors, ſont beaucoup meilleurs que les ridez, maigres, pertuiſez, vuides, & legers. Item le blé ſerré, qui en petite monſtre a beaucoup de ſubſtãce, & icelle craſſe & viſqueuſe, eſt de bon ſuc, & de bon nourriſſement: mais il ne deſcend pas aiſé- *Election des grains*

ment par le ventre. Et au contraire celuy qui eſt de ſubſtance molle, tenue, & pleine de ſon, paſſe plus facilement par le ventre, & nourrit moins. Tous ceux qui ſont de forte odeur & mal plaiſants, engendrent mauuais ſuc, & ſont de difficile digeſtion. Et ceux qui ne ſamolliſſent point pour eſtre trempez en l'eau, ſont les pires: mais ceux qui ſe remolliſſent & enflent, ſont non ſeulement de meilleure digeſtion, mais auſſi engendrét meilleur ſang. C'eſt choſe merueilleuſe de ce qu'on dit, que les grains qui hurtent à la corne du beuf quand on le ſeme, ſont en ſorte debilitez & affoiblis de leur vertu generatrice (à ce que Raſis dit) qu'ils ne peuuent germer ny produire aucune choſe. Il ne faut auſſi eſtre negligent de nettoyer & eſplucher le vray grain, d'auec

l'yuraye, la nielle, & ſemblables ordures, premier que de le nombrer entre les vrais aliments,& ſalubres:autrement la faute croiſtra iournellement telle,que combien qu'elle ſoit au commencement quaſi inſenſible par ſa petiteſſe, ſi eſt-ce que par ſucceſſion de temps elle croiſtra ſi grande, qu'à peine la pourra on euiter ſans danger. Le froment barbu nourrit fort,& engendre ſuc viſqueux. La bouillie & pulments qui en ſont faits ſont mauuais,à raiſon qu'il ſenfle & eſpaiſſit tant qu'à peine peut-il eſtre digeré. Alica qui eſt vne autre eſpece de blé barbu ſupprime & reſſerre le ventre : au reſte ſemblable au precedent. Le froment commun eſtant bouilli, enfle, & ſi eſt de forte digeſtion: mais auſſi quand il peut eſtre digeré, il eſt de grand nourriſſemẽt. Et le pain

qui en eſt fait n'enfle point, & ſi eſt de facile digeſtion pour raiſon du ſel & du leuain qu'on y met. Le pain de touſelle qui eſt vn froment ſans barbe le plus excellent de tous, eſt de meilleur nourriſſement que nul autre. Apres ſenſuiuent le pain de bouche ou de chapitre, le pain ſecõd ou bourgeois, le pain atout duquel on n'oſte riẽ. Finalement ſenſuit le pain de ſon, lequel nourrit peu, mais il paſſe legerement par le ventre. Le pain cuit au grand four en feu temperé eſt de bõne digeſtiõ. Mais ſi ledit four n'eſt ſuffiſammẽt chaud, ou bien qu'il le ſoit par trop, le pain en ſera de plus difficile digeſtion, comme ſont ceux qui ſont cuits aux tartriers auſquelz les apoticaires font cuire leurs marcepains, & en autres ſemblables petits fours. Les pains roſtis ou

Du pain & quel nourriſſement il baille.

fricassez en la paelle, cõme tourteaux, gasteaux, bugnets, & semblables, engendrēt gros suc & espais. L'amydon a semblable faculté que le pain laué, & est ainsi de petit nourrissemēt. L'orge refraische & nettoye fort. Estãt bouilli, il humecte: fricassé, il deseiche. Le pain d'orge est de petit nourrissement, & ce neantmoins il engendre grosses humeurs. Le millet & panis sont froids, & secs: ils resserrent, & sont de bien petit nourrissement. Le ris est de difficile digestion, peu nourrissant & resserre le ventre. Les lentilles engendrent humeurs melancholiques, elles nourrissent peu, & resserrent principalement quand elles sont cuites deux fois, nonobstant que leur decoction soit laxatiue. Les febues verdes sont les plus humides, parquoy elles sont plus faciles à dige-

Du millet.

Du ris.

Lentilles.

Febues.

rer,& nourriſſent moins. Les feb-
ues vieilles & ſeiches ſont de ſub-
ſtance plus laxe,& plus ſpongieu-
ſe,& plus legere. Elles ſont abſter-
Des pois. ſiues,mais fort venteuſes. Les pois
ſont auſſi abſterſifs cõme les feb-
ues,& n'enflent pas tant, mais ils
ne deſcendent pas ſi aiſémẽt. Les
Pois ciſes. pois ciſes, enflent, nettoyent, &
augmentent le ſperme. Et s'ils ſont
fricaſſez, ils perdent leur ventoſi-
té, maiſ ils ſont de difficile dige-
Lupins. ſtion. Les lupins reſiſtent à la di-
geſtion, & deſcendent à grande
difficulté, & engendrẽt cruditez.

Des plãtes Le temperament & complexiõ
des plantes eſt cognu par le gouſt,
& par l'odeur. Et entre ceux qui
ſont de meſme eſpece, les ſauua-
ges,& les plus ſeiches ſont de plus
mauuais ſuc & vicieux, & les do-
meſtiques & cultiuées, ſont les
plus humides. Quãt à l'hortouail-

le, elle eſt toute de petit nourriſſement, ſubtil, & humide. Et n'y en a du tout point qui engendre bon ſuc. La laictue eſt indifferẽte, c'eſt à dire moyenne entre bonne & mauuaiſe. Apres la laictue viẽt la malue, & puis les arroches, le pourpier, la porée ou bete, l'ozeille, la bourroche, la bugloſe, le ſoulcy, & la ſcariole. Les plantes ſauuages & champeſtres ſont extremement mauuaiſes comme la cichorée, l'endiue. Les cymes & tẽdrons des plãtes chaudes & acres, ſont plus humides que la tige, & que le bas. Et ceux des plantes humides ſont plus ſecs. Item les racines des herbes acres ſont vicieuſes, comme ognõs, porreaux, aulx, & ſemblables. Les racines de ſerpentine, de raucs, naueaux, & carrotes ſont indifferentes.

Les fruits d'arbres quaſi tous, *Des fruits*

ſors que les chaſtagnes, ſont de mauuais ſuc. Les moins nuiſants, ſont figues, raiſins, & poires, toutefois que les chaſtagnes bouillies, & roſties ne ſont bonnes quand il eſt queſtion d'attenuer. Car elles engroſiſſent, & engendrent gros ſuc, & de difficile digeſtion, beaucoup plus crues, que cuites, encores qu'elles engendrent bon ſuc. Les fruits humides & qui ne ſont encores meurs, nourriſſent peu, & paſſent toſt par le ventre. Parquoy on fait vn precepte general. Que toute viande humide, de mauuais ſuc, & paſſant toſt par le ventre, doit eſtre prinſe à l'entrée de table. Et celles qui ſont de tarde deſcēte doiuēt eſtre prinſes apres, ou à l'iſſue. Mais toutefois le pl⁹ ſeur ſera de s'abſtenir de tous tels fruits de courte durée, de mauuais ſuc, & principalement des verds. Item

Canō general.

ne faut point vſer, ou peu, des fruits auſteres, & aſpres, comme de cormes, & neffles. Auſſi faut peu vſer de figues,& raiſins.

Quand à la chair des animaux, ſoiét oiſeaux,ou autres beſtes terreſtres,la chair des ieunes eſt touſiours meilleure, que des vieils. Et ceux qui ſont de moyen aage ont la chair moyennement bonne. Et ceux qui ſont auſſi par trop ieunes, ont la chair fort nuiſible & dangereuſe, comme auſſi ont les fort vieils. Toutefois qu'il faut diſtinguer les temperaments. Car les ieunes de ceux qui ſont de cõplexion ſeiche, ſont les meilleurs: comme le cabril eſt meilleur, que la chieure: & le veau,que le beuf, ou que la vache: le leuraut,que le lieure: le fan meilleur que le cerf, que le daim,ou cheureu. Mais aux beſtes de complexion humide & *De la chair.*

pleines d'excrements eſt tout le contraire: pourautant que l'aage vient à corriger, & conſommer l'humidité & les ſuperfluitez. Par ainſi la chair du mouton eſt meilleure & plus ſaine, que celle d'agneau. Et celle de pourceau, que celle de cochon. En outre la chair de ceux qui ſont bien exercez & nourris de bons aliments, & qui ſont de bonne habitude, eſt de meilleure digeſtiõ & meilleur ſuc que n'eſt celle des gras, ny des maigres, & mal nourris. Item la chair des chaſtrez eſt meilleure que des autres qui ne le ſont poĩt: Non toutefois qu'il ſoit ainſi en tous animaux, ains ſeulement en ceux qui ſont de temperament chaud & ſec, comme le mouton, & le beuf. Et en general toutes beſtes ſauuages ſont de nourriſſement plus ſec, & moins excremé-

Chair ſauuage eſt la meilleure.

teux, que les priuez & domestiques. Tous oiseaux donnẽt nourrissement fort leger, en comparaison des animaux terrestres: pourautãt qu'ils sont de plus facile digestion, & principalement les perdris, beccasses, francolins, poules, poulets, & chappons, pigeons, griues, becquefigues, merles, petites passeres. Les cailles aussi sont en bonne recommandation, sinõ aux regions ausquelles y a abondance d'ellebore, duquel elles prennent leur aliment, dont plusieurs y sont surprins de spasme, & conuulsion: pour trop vser de telles viandes. Les faisans sont de semblable digestion & nourrissement que les poules, & chappons: mais ils sont trop pl⁹ delicats. La chair du paon est dure & fibreuse, parquoy elle resiste longuemẽt à putrefaction: En sorte qu'elle a souuent esté

Des oiseaux.

Des cailles qui viuent d'ellebore.

Faisans.

Le paon fibreux.

trouuée encor de bonne odeur,& de bõ goust vn an apres estre cuite. Et de ce fait mention S. Augustin au vingtieme de la cité de Dieu. La griue est moyenne entre la grue, & l'oye. Les oiseaux d'estangs, lacs, marets, & palus sont fort excrementeux, c'est à dire qu'ils ont en eux grand' quantité de certaine humidité flegmatique, & auec ce ils sont de difficile digestion. Et parainsi pires que les autres. Par les choses susdites il s'ensuit que toute chair, moyennant qu'elle soit bien digerée, engendre bon sang. Et principallemét celle qui est de bon suc, comme la chair de pourceau laquelle est tres salubre, pour auoir grand' similitude & familiarité à la chair humaine. Apres s'ensuit la chair de cheuraut, & de veau. Galien commande à tout homme qui est

Les oiseaux des marets mauuais.

Du pourceau.

curieux de ſa ſanté, & d'engēdrer en ſoy bonnes humeurs: de ſabſtenir de toute autre chair de beſtes à quatre pieds: Et ce neantmoins aucuns ſont d'opinion que la chair de beuf a certain bon gouſt, & plus approchant de la chair humaine, que n'a celle de pourceau.

Il y a toutefois vn doute. Aſſauoirmon ſi la chair de pourceau eſt de ſi bon ſuc, comme l'on dit? Il ſe treuue par ſeure experience, que le grand vſage de telle chair engendre & cauſe la lepre, pourautant que les pourceaux y ſont ſubgetz & enclins: teſmoing Ariſtote meſme, diſant que entre tous animaux le ſeul pourceau eſt ſubget à ladrerie. Et à ceſte raiſon (cōme dit Tertulian, & apres luy Baptiſte Mantuan) Moyſe a defendu la chair de pourceau aux Iuifs, qui

ià eſtoient ſubgetz audit mal de lepre. Et de fait, en Eſpaigne ſe treuuẽt point, ou peu de lepreux: par ce qu'ils n'vſent point, ou biẽ peu de telles chairs.

Quel nourriſſement donnẽt les poiſſons.

Les poiſſons, ainſi que les oiſeaux, ſont quaſi tous de bon ſuc. Nõ toutefois ceux qui ſont nourris en eſtãgs, en lacs, & lieux troubles ou bourbeux. Ains ceux qui ſont nourris en eau courant, claire, & ſincere. Ou bien ceux de la pure & haute mer, & des lieux pierreux. Tels poiſſons ont l'odeur aggreable, & le gouſt fort ſuaue: & ont bien peu de graiſſe ſuperflue. Les poiſſons mols & friables ſont fort conuenables à la ſanté, parce qu'ils ſont de bien bõne digeſtion, & qu'ils engendrent treſbon ſuc. Les ieunes, & ceux qui ſont en la fleur de leur aage, ſont les plus excellents. Les poiſſons

empirent

empirent par vieilleſſe, laquelle ſe cognoiſt par la durté, grandeur, & groſſeur des eſcailles. Les maſles ſont touſiours meilleurs & plus ſuaues que les femelles, exceptez l'anguille ſeulement, & le ſilurus. Et de la vient qu'on choiſit touſiours pour les meilleurs, ceux qui ſont greſles, & de moyenne groſſeur. Car la groſſeur difforme, porte teſmoignage d'vne ſuperflue humidité qui eſt communement aux femelles des poiſſons. Car en toute eſpece de poiſſons la femelle eſt touſiours plus groſſe que le maſle. Quand ils commencent d'emprenir, ils ſont quaſi tous bons. Les mols & ceux qui ſont couuerts de coquilles & crouſtes ſont meilleurs eſtans plains, qu'en autre temps, moyennant qu'ils ſoient marins. Car ceux des lacs, riuieres, & eſtangs ſont meilleurs

Les maſles meilleurs, & cõment on les cognoit.

quand ils ſont deſchargez de leur ſemence,& apres qu'ils ont frayé: aumoins ſelon l'Ariſtote, lequel dit en outre qu'ils enfantent le plus ſouuét au mois de Mars, d'Auril, & de May. Auerrhois dit que ceux là ſont meilleurs qui ont leur couuerture de temperament contraire à leur ſubſtãce, cõme ceux qui ont les eſcailles groſſes & dures, leſquelles toutefois ſont plus groſſes & plus dures aux viels que aux ieunes, à raiſon de leur vieilleſſe, comme nous auons ia dit cy deſſus.

Des œufs, & de leur electiõ, & preparation.

Les œufs de gelines, faiſans, & des gelines d'Afrique, ſont les meilleurs. Ceux d'oye, & d'autruche ne ſont ſi bons. Les œufs bien frais ſont tresbons, & les vieils, ſont tref-mauuais. Or puis qu'on reduit la maniere de preparer & cuyre les œufs à trois differences,

aſſauoir en ceux qui ſont peu cuits pour humer, & en ceux qui ſont fort cuits & endurcis, & aux tremblãs qui ſont moyẽnement cuits: les peu cuits, & les tremblans, auſſi les pochez en l'eau cuits à mediocrité, & les farbouillez en la paelle auec huile & vinaigre, ou verius, auſſi moderément cuits, ſont trop meilleurs que les durs, & fort cuits en quelque maniere que ce ſoit, & principalement que les fricaſſez en ladite paelle. Itẽ les œufs à l'eſtouffée, c'eſt à dire qui ſont pochez entre deux vaſes auec huile, ou beurre, & ainſi cuits à mediocrité dedens vn chauderon plain d'eau bouillant, ou bien ſus vn rechaud plain de charbons ardents, ſont trop meilleurs que les durs & roſtis.

Le laict a trois ſubſtances, aſſauoir l'oleagineuſe qui tiẽt de l'air, *Du laict & de ſes parties.*

la ſereuſe, & la terreſtre qui eſt groſſe & craſſe:le laict d'aneſſe eſt ſereux & ſubtil : le laict de brebis a d'auãtage de ſubſtance terreſtre & caſeuſe pour faire le fourmage: & le laict de vache a plus de ſubſtance graſſe & oleagineuſe de laquelle on fait le beurre: le laict de chieure n'eſt ny trop oleagineux, ny trop terreſtre, il tient le moyẽ: &ce neantmoins il y a dãger d'en vſer ſans miel, ou ſans ſuccre : ou bien ſans miel,eau,& ſel pour ſon correctif, de peur qu'il ne ſe caille en l'eſtomac. L'Ariſtote toutefois tient que le laict de vache a plus de ſubſtance terreſtre pour fourmages, que n'a le laict de brebis. Auſurpl⁹ entre toutes choſes que nous receuõs en noſtre corps pour nourriſſement,il n'y en a point de meilleur ſuc que le bon laict. Et celuy eſt le meilleur qui eſt tiré

Le bon laict eſt de bõ ſuc.

des bestes les mieux habituées, & de meilleure complexion, chacun en son espece, & doit estre prins tout chauld venant de la mammelle, car ils s'altere soudainemēt & se corrompt en l'air. La cresme, les iōchées, les sarrats, & sarracōs, les recoctes, & generallemēt tout ce qui est fait de laict, sont viādes froides. La recocte est faite de pur laict, & separé de toute substance estrange, le laict pour estre cuit s'engrossit, & engendre gros suc, principalemēt s'il est cuit auec farine de froment, de millet, ou d'amydō. Toute maniere de fourmage est de gros suc, toutefois que les recens & nouueaux faits n'ont point de mauuaise qualité, les vieils sont fort mauuais & engendrent meschantes humeurs. Le fourmage mol est moins nuisible que le dur. Le rare qui est de sub-

Du fourmage, & de son election.

ſtance laxe, eſt meilleur & plus ſalubre, que le preſſé, fort denſe, & ſerré. Celuy eſt treſ-mauuais qui eſt fort viſqueux, & celuy auſſi qui eſt trop friable, & celuy qui tiét le moyen eſt le meilleur. D'auantage le fourmage eſt eſtimé bon, qui n'a point de mauuais gouſt, ny forte qualité, & celuy qui eſt ſuaue & plaiſant en la bouche eſt meilleur, & moins dommageable, que ſon contraire. Pareillement eſt meilleur le ſalé moderémét, que le trop, ou trop peu ſalé. Item celuy eſt le plus vtile, duquel la qualité ſeſuanouit toſt en l'eſtomac, c'eſt à dire qui ne reproche point, ou bien peu: & au contraire celuy eſt treſ-mauuais, duquel le gouſt demeure longuement en la bouche apres qu'on l'a mangé, ce qu'on cognoit quand il reproche en routtant.

Or maintenant faut venir aux aliments que nous prenons des parties des animaux. En quoy faut noter que les extremitez ſont de fort petit nourriſſement, à cauſe qu'elles ſont nerueuſes & ſans chair, & à raiſon de leur lenteur & viſcoſité elles paſſent legerement par le ventre. Les pieds de pourceau ne ſont ſi mauuais que le groing, ny le groing, que les oreilles, & ce à cauſe qu'elles n'ont que peau & cartilages, leſquelles l'eſtomac ne peut digerer, & encores qu'elles rencontrent ſi bon eſtomac qu'elles puiſſent eſtre digerées, ſi eſt-ce qu'elles ſont de fort petit nourriſſement. La langue eſt de ſubſtance laxe & ſpongieuſe, & n'a point de ſang, & par conſequent elle eſt de petit nourriſſement. Les glãdes ſont pareillement laxes, mais fort ſuaues,

Des parties des animaux.

Pieds.

Groing.

Oreilles.

La lãgue.

Glandes.

principalement celles des mammelles,& ſpecialemẽt de mãmelles de truye quand elles ſont plaines de laict. Les rains & teſticules ſont de mauuais ſuc & de forte digeſtion, exceptez ſeulemẽt les teſticules de coq ieune, gras, & bien habitué: car tous ceux là ſont d'vn nourriſſemẽt fort louable. Le cerueau eſt flegmatique, de gros ſuc, & de difficile digeſtion, il demeure longuement à paſſer, il eſt contraire à l'eſtomac, & prouoque à vomir. Mais toutefois s'il peut eſtre digeré, il engendre aſſez bon ſuc. La mouelle de l'eſpine du dos, & celle des os eſt graſſe: & toutes deux plus ſuaues que n'eſt le cerueau: mais au reſte de complexion ſemblable. Le cueur & le foye ſont de gros nourriſſement, & de forte digeſtion, ne deſcendans facilement par le vẽtre. Mais

Rognõs & teſticules.

Du cerueau.

De la mouelle.

Du cueur & du foye

toutefois s'ils peuuent eſtre digerez, ils ſont de grand nourriſſemẽt & ne ſont de mauuais ſuc, le cueur & foye de pourceau, & principalement du cochon, ſont les meilleurs. La ratelle eſt de mauuais ſuc, & engendre ſang melancolique. Les poulmons d'autant que ils ſont plus mols, & plus rares que les ſuſdites entrailles, d'autãt ſont ils de plus facile digeſtion: mais ils nourriſſent moins, & ſont flegmatiques. L'eſtomac, les trippes, les panſes, les caillettes, & la matrice, ne ſont digerées qu'à grand' difficulté, & n'engendrẽt que flegmes. Toute maniere de ſang, eſt rebelle à la digeſtiõ, principalement le gros ſang terreſtre & melãcolique, comme celuy de beuf. Le ſang de lieure eſt par tout celebré comme le plus delicat & meilleur de tous, celuy de pour-

De la ratelle.

Du poulmon.

Des trippes.

Du ſang.

ceau luy ſeconde, & apres vient celuy de cheureau: mais toutefois il ne ſe trouue viande plus forte à digerer (ſelon Galien) que l'eſtomac & inteſtins de chieure, encor qu'il ſoit gras & plain de ſang. Les

Des boudins.

boudins compoſez de ſang, greſſe, & boyaux de pourceaux, leſquelz on mange communement l'yuer en France, fricaſſez en la paelle, ou roſtis ſur le gril, ne ſont de beaucoup meilleure digeſtion.

Il y a pluſieurs autres differẽces d'aliments prinſes de leur vertu & faculté. Car aucuns agiſſent au

Trois differences d'alimẽts, prinſes de leur faculté.

corps par leur ſubſtance ſeule, les autres par leur ſubſtance & qualité enſemble, & les autres par certaine proprieté occulte. Ceux qui agiſſent de ſeule ſubſtance, ſont les vrays aliments, & ceux qui agiſſent par leur matiere & qualité enſemble, ſont de leur nature par-

tie aliments, & partie medicaments, que nous pouuons appeller aliments medicamenteux. Par proprieté agissent les vns & les autres. Car veu que nutritiõ n'est autre chose que repletion de substance deperdue, laquelle estoit semblable & familiere à celle de la partie, il faut necessairemẽt que ce qui nourrit actuellement, luy soit aussi semblable & familier, c'est à dire doux, amiable, & idoine pour augmenter ladite substãce, & celle dite familiarité ne procede d'autre que d'vne similitude de substance, que nous auons appellé proprieté occulte, pourautãt qu'elle ne peut estre cognue, ny discernée: sinon par la seule experience. Ce n'est donq merueille si les choses qui sont de nature totalemẽt cõtraires à la chose nourrie, sont trouuées insuaues, mal-

Definition de nutritiõ

plaiſantes,& de nul nourriſſemét. La langue eſt l'organe, & inſtrument principal, pour diſcerner ce qui eſt de ſemblable, ou contraire qualité à noſtre corps, à fin de choiſir ce qui luy eſt familier: & de fuïr ce qui luy eſt eſtrange. Les vrays aliments ſont ceux qui ont ſeulement vertu de nourrir,& nõ d'immuer les qualitez, leſquelles nous auons dit cy deſſus agir de leur ſubſtance ſeule, & qui n'ont aucune qualité forte,ny excedente: par ce qu'ils ſont de temperament mediocre. Mais les medicamenteux,ſont ceux qui outre leur vertu nutritiue, ont auſſi vertu d'alterer manifeſtément les qualitez de noſtre corps. I'ay dit ce mot manifeſtement: car à la verité tous aliments alterent aucunement noſtre ſubſtance, aumoins s'il eſt vray ce que dit Ariſtote,

que tout ce qui agiſt, ſouffre en agiſſant. Mais le pur & vray alimẽt altere moins, que ne fait le medicamenteux. Item celuy qui deſia & actuellement eſt nourriſſemẽt, altere moins q̃ celuy qui eſt nourriſſement futur, & non encores preſent : lequel aucuns appellent nourriſſement potentiel, & parainſi ſuyuant la doctrine du bon Hippocras, il y aura trois differẽces d'aliments. Par ces choſes appert clairement, comment ſe doit entendre quand on dit que ſemblables ſont nourris par ſemblables, & contraires par contraires.

Deux differences d'alimẽts.

Item aucuns aliments engroſiſſent les humeurs, les autres les ſubtilient, & les autres tiennent le moyen. Ceux engroſſiſſent, qui ſont de ſubſtãce craſſe & eſpaiſſe, comme glands : & ceux qui l'ont viſqueuſe & gluante, comme la

chair de pourceau : & ceux qui ont les deux enſemble, cõme froment, les poiſſons à coquille, tortues, & limaçons. Ioint à ce les fruits acerbes, & aſtringens, comme cormes, neffles, coings, & tout ce qui eſt fricaſſé, ou roſti. Les choſes à ce contraires, ſubtiliẽt, comme ſont auſſi toutes choſes douces qui ſont abſterſiues, comme ſont les prunes de damas cuites en vin miellé, les figues nouuelles, & les ſeiches, & les amendes, auſſi les pignons, piſtaches, ſuccre, miel, eau d'orge, & l'orge meſme, & le vin ſubtil. Parquoy il appert commẽt il y en a de pluſieurs differences. Les viandes incraſſantes ſont ſeulement cõuenables à ceux qui ſe trouuent vains, pour auoir le cuir fort rare & poreux : & pareillement à ceux qui trauaillent tout le iour, depuis le matin iuſ-

A quelles cõplexions ſont conuenables les gras aliments.

ques au ſoir, comme aux moiſſonneurs, foſſoyeurs, & luyteurs, leſquelz par grand' exercice augmétent leur chaleur naturelle. Car la grand' vaineté, & l'euacuation de tout le corps procedant de ce labeur, & pareillement le profond ſommeil qui s'en enſuit, ſont cauſe que tels gros aliments ſont digerez. Ioint auſſi que quand on y eſt accouſtumé, & qu'ils ſont pris en petite quantité, ils en ſont plus familiers à nature, & plus toſt digerez. Telles groſſes viandes conuiennent auſſi à ceux qui ont enduré faim par neceſſité, & faute de viures, moyénant qu'elles ſoiét prinſes en petite quantité. Et cóbien qu'il ſe puiſſe faire qu'aucunes perſonnes de bonne complexion, ayans les vaiſſeaux fort larges, vſeront ſouuét de groſſes viãdes engendrans gros ſuc & viſ-

queux:& ce neantmoins demeureront tousiours en leur santé, moyennant qu'ils s'exercent auãt le past, & qu'ils dorment à suffisance: ils seront toutefois beaucoup mieux & pour leur santé s'ils s'abstiennent de telles viãdes, principalement ceux qui n'ont accoustumé l'exercice, ou qui ne le peuuent faire, pour estre trop vieils, ou pour auoir autres empeschements, aymants mieux se contẽter d'vne moyẽne santé, que d'acquerir la bonne disposition & habitude de leurs personnes. Car d'autant qu'vn aliment est de substance plus forte & solide, d'autant est il de plus difficile digestion. Mais aussi estant digeré il donne nourrissement plus durable, & permanent plus longuemẽt, pourautant qu'il demeure plus long temps à passer par le ventre, & par les veines:&

nes:& par ainsi il y a tousiours dã-
ger ou de repletion,ou d'opilatiõ.
Par cecy est manifeste que les ali-
ments de forte digestion , & de
grand nourrissement , & qui ne
peuuent facilemét penetrer , doi-
uent estre nombrez & reduits en
l'ordre de ceux qui incrassent:
pourautant qu'ils ne coulent aisé-
ment pour n'estre subtils : ains au
contraire, adherent fort à la par-
tie. Les alimets qui ont vertu d'at-
tenuer, subtilient les grosses hu-
meurs , & ont vertu d'inciser en
nettoyant celles qui sont visqueu-
ses, & ouurent les conduits. Item
le long vsage d'iceux, rend pre-
mieremét le sang de l'homme ai-
gueux,puis par succession de teps
colerique,& finalement aduste &
melancolique:& pource n'en doi-
uent vser continuellement ceux
qui sont de complexiõ colerique.

Des alimẽts subtils.

Le grand vſage de tels aliments aperitifs & attenuants, eſt ſeulement bon à ceux qui ſont chargez de flegmes & cruditez, mais ils ſont de petit nourriſſement, & ne donnent grand force au corps: ils ſont faciles à digerer,& penetrent incontinent. Tout ce qui penetre toſt,eſt de petit nourriſſement, & s'exhale facilement, en ſorte que ceux qui ne viuent que de tels aliments,veulent eſtre ſouuent alimétez. Car tout ce qui eſt ſoudainement ioint à la partie, eſt de courte durée, & s'euapore facilemēt. Toutefois qu'il nous en faut vſer quand il eſt queſtion de reſtaurer la vertu vitale defaillante en quelqu'vn. Ou bien quand l'eſtomac par ſa debilité ne peut parfaire la digeſtion des viandes fortes,& de tarde concoction. Et pareillement en ceux deſquelz les

parties ſont tellement debilitées pour eſtre trop ſeiches & arides, qu'elles ne peuuent attirer leur nourriſſement. A telles gens eſt conuenables ceſtuy alimẽt, pour-autant qu'il ſuit & coule aiſément par les vaiſſeaux, & par ce qu'il ſe ioint auſſi facilement à la partie. Ioint que quicõque a beſoing que la conglutination ſoit ſoudainemẽt faite en ſoy (comme dit Hippocras) il n'y a meilleur remede pour recouurer ſes forces, ny plus conuenable, que de luy donner choſes humides. Et celuy qui en a encores plus grand' neceſſité, pourra eſtre reſtauré par bonnes odeurs.

Des aliments de moyenne ſubſtance.

Les aliments de ſubſtãce moyẽne entre craſſe ou eſpaiſſe, & la tẽue, ſont ceux qui engendrent le bon ſang & louable, ou à tout le moins, qui n'ont faute notable, ny

manifeste : comme eſt celuy qui n'eſt ny trop gros, ny trop ſubtil ou aigueux, ains de moyenne conſiſtence. Parquoy tous alimẽts de ſubſtance moyenne ſont de bon ſuc. Mais non pourtant tous aliments de bon ſuc, ſont de moyenne ſubſtãce. Car il y en a pluſieurs qui eſpaiſſiſſent les humeurs, cõme ſont le fromẽt, les chaſtaignes, & la chair de pourceau, & pluſieurs eſpeces de laict, qui toutefois ſont de bon ſuc. Parquoy veu qu'aux viãdes ſalubres ſont deux points à conſiderer, aſſauoir qu'elles n'oppillent point les voyes, & qu'elles n'engendrẽt mauuais ſuc, il ſenſuit bien que tous aliments de bon ſuc ne ſont pourtant ſalubres. Toutefois q̃ l'vſage de toutes viandes de bon ſuc, eſt permis à toutes perſonnes de quelque aage, ou complexion qu'ils ſoient,

& en tous téps:pourautant qu'on ne ſauroit trouuer meilleur ayde, ny plus commode à conſeruer la ſanté, que ce qui engendre bon ſang. Ils ſont trois eſpeces de cacochymes, c'eſt à dire de gens plains de mauuaiſes humeurs. C'eſt aſſauoir les flegmatiques, les coleriques, & les melancholiques. Surquoy conuient mouuoir vne difficulté en paſſant. Aſſauoir-mõ ſi ce mauuais ſuc qui ſe trouue és perſonnes, eſtoit dedens les viandes deſquelles ils ont vſez, ou bien ſ'il eſt en la cõplexion de la perſõne. Car on void à l'œil qu'vn meſme miel engendre la colere en celuy qui eſt de complexion colerique, & en la fleur de ſon aage: mais en celuy qui eſt ia vieil, & flegmatique, il engendre non pas la colere, ains le bon ſang & louable. Or donques pour reſolution

Trois eſpeces de cacochymes.

Queſtion.

de ce, il eſt certain que les viandes n'ont actuellement telle humeur en eux, comme ſi elle nageoit en leur ſubſtãce. Mais il eſt bien vray qu'ils ſont tranſmuez en telle, ou telle humeur par le benefice de la chaleur naturelle. Toutefois qu'il ne faut vſer ſouuent ny en grand' quantité chacunefois de viandes cacochymes, c'eſt à dire qui engẽdrent mauuais ſuc, & mauuaiſes humeurs. Nous en vſons quand il eſt beſoing de rafraiſchir, & humecter ceux qui pour longuemẽt trauailler, & aux grands chaleurs ſont ſecs & arides. Et auſſi quand l'orifice de l'eſtomac a quelque indiſpoſitiõ chaude & ſeiche. Car alors on peut vſer de poires, pommes, melons, ceriſes, meures, & peſches: mais de tout ce, en petite quantité, & raremẽt. En tous autres temps on ſe doit totalement

abſtenir de tout ce qui engendre mauuais ſuc:car combien que tels aliments ſoient facilemét digerez par aucuns, & qu'alors ils ſoient moins dõmageables, ſi eſt ce toutefois qu'ils ſont dommageables. Car par le cõtinuel vſage d'iceux, par ſucceſſion de temps il s'aſſemble dedens les vaiſſeaux vn tas de mauuaiſes humeurs, leſquelles apres, à la moindre occaſion, ſe viénent à putrefier & corrompre, en ſorte que ſouuent elles cauſent grandes fiebures & fort malignes, & pluſieurs autres grands accidents & maladies treſ-mauuaiſes.

Or les ſuſdits aliments, ou ils ſont de bon gouſt, & bõne odeur, plaiſants à la bouche & au nez, ou ils ſont de mauuais gouſt & mauuaiſe odeur. Et quant à ceux qui ſont mal-plaiſants, il n'y en a poït qui ſoit profitable au corps. Par-

Les alimẽts, ſont ou plaiſants, ou non.

ainſi la langue cognoiſſant les cō-
plexions & qualitez des viandes
choiſit ce qui luy eſt plus familier,
& vtile : & abhorrit ce qui luy eſt
contraire & dommageable. Ie ne
veux toutefois dire que tout ce
qui eſt de plaiſant gouſt, & bon-
ne odeur, ſoit touſiours profitable.
Comme il appert des poires, pom
mes, melons, champions, & truf-
fes, leſquelz combien qu'ils ſoiēt
de bonne odeur, & de bon gouſt,
ſont neantmoins fort inſalubres,
& ſouuentefois cauſent la mort.
Mais cela ſe doit entendre des
bons aliments qui engendrent bō
ſuc, leſquelz d'autant qu'ils ſont
plus plaiſants & ſuaues : d'autant
nourriſſent ils d'auantage, & ſont
de plus facile digeſtion. Car l'eſto-
mac cuit mieux, & à moindre pei-
ne ce qu'il embraſſe plus volon-
tiers. Or eſt il ainſi qu'il embraſſe

Tous aliments de bon gouſt ne ſont ſalubres.

mieux ce qu'il reçoit auec plaisir & volupté: & qu'il regette & abhorrit ce qui luy desplait. Parquoy dit ce bon vieillard Hippocras, que le manger & boire de soy aucunement insalubre, mais toutefois de goust plaisant & suaue: est à preferer à celuy qui est moins aggreable, encores qu'il soit de soy plus sain. Le long vsage & coustume rend les aliments familiers à nature, ia sache qu'ils soient mauuais de soy. Et par consequét sont moins dommageables que ceux que l'on n'a encor accoustumé. Item l'habillage & accoustrement des viandes les rend non seulement plus saines, mais aussi plus plaisantes, & de meilleur goust. Parquoy on fait vne question, Assauoir-mon si la viande simple sans aucune mixtion est la plus salubre, & la plus vtile à

l'homme? Sur ce respond Horace, ce que s'ensuit:

Si as desir de cognoistre & sauoir
Les grands proufits que l'homme peut auoir
De peu manger, & viure sobrement:
Tu garderas ce bel enseignement.
Premierement tu t'en porteras mieux,
Plus sain seras, & plus ingenieux.
Car pour certain varieté de mets
Nuit grandement ne proufitant iamais.
Sois donq recors comme par le passé
D'vn simple mets tu te serois passé.
Mais maintenant tu prens comme il me semble,
Rosti, bouilli, & mesle tout ensemble.
Chair & poisson tu prens en vn repas,
Voila comment tu vis mal par compas.
Toute douceur se transforme en colere,
Iaulne en couleur, & de saueur amere.
Le flegme aussi qui lent, & froid sera,
En l'estomac grand tourment te fera.
Ne voy tu pas comment toute personne

Appaliſt toſt, & pirement raiſonne
Par trop mãger de tant de mets acquis
En ces feſtins diuers, & trop exquis?
C'eſt pourautãt qu'eſtant le vẽtre plain
De gras morceaux, & diuers tout à plain,
Impoßible eſt que le cerueau ne ſente
Grãd' peſanteur, alors raiſon s'abſente.
Mais celuy là qui ſobrement viura,
De peu content, trop mieux ſe trouuera.
De ſon ſommeil ſe leuant promptemẽt,
Executant ſon fait alaigrement.
Et neantmoins par ce ne lairra point
Se feſtoyer quand viẽdra bien à point,
Comme vn chaſcun fait au iour de ſa feſte
Beuuant du bon ſouuent à plaine teſte.
Et quand voudra ſon maigre corps refaire,
Alors pourra meilleure chere faire.
Et meilleurer pourra ſon ordinaire
Quand vieil ſera: comme eſt de raiſon faire.

Mais quant à toy, gourmãt luxurieux,
Attaint de mal, ou de lasche vieillesse,
Cõment croistras ton train voluptueux
Accoustumé du temps de ta ieunesse?

A celle opinion fauorisent Plutarque, Pline, & Macrobe. Car tous d'vn accord preferent vne viande seule & simple à plusieurs, comme la plus facile à digerer. Il faut toutefois noter que la viande simple bien habillée, & biẽ assaisonnée par le cuisinier ou boulénger, est plus salubre que sa semblable n'estãt point habillée. Mesme attendu qu'il n'y a point de viande simple, qui soit saine ny profitable, si premierement (comme a ia esté dit) elle n'est accoustrée & assaisonnée comme il faut, horsmis le laict. Encores bien souuent se caille il en l'estomac s'il n'y a eau, ou sel, ou miel, ou succre: & de

fait il me ſemble que la ſimple raiſon de viure que vouloit Appollonius, deroge & contreuient aucunemét à l'hiſtoire de Philoſtratus, lequel ne beuuant point de vin, ſe nourriſſoit ſeulement de fruits & plantes, & plus toſt des ſauuages que des domeſtiques. Et ce neãtmoins il eſt paruenu à l'extreme vieilleſſe ſans aucune maladie. Parquoy les viandes ſimples qui ne ſont aucunement aſſaiſonnées, doiuẽt eſtre repudiées comme inutiles. Pareillemẽt celles qui ſont par trop exquiſement habillées, & plus par friandiſe, & volupté, que pour contenter nature, ſont auſſi à blaſmer: car pour deux raiſons elles ſont de difficile digeſtion. L'vne eſt que la diuerſité de leur compoſition cõtrarie à la digeſtion: l'autre eſt par ce qu'on en prend plus que de raiſon, à cauſe

Par deux raiſons les viandes trop exquiſes ſont cõtraires.

de leur ſuauité & plaiſant gouſt, dont à bon droit ſont appellées Irritamẽts de gueule. A ceſte cauſe Galien vitupere les banquets friands,& de grand' preparation: comme ceux qui ſont cauſe des cruditez. Et parainſi, le Medecin doit plus auoir de ſoing & cure, que les viandes ſoient ſaines & proufitables, que friandes: & ſi quelquefois il veut auſſi qu'elles ſoient friandes pour le plaiſir, que ce ſoit ſeulement en tant qu'elles ne contreuiendront à la ſanté, & qu'elles ſeront proufitables à icelle. Par ce que la viande qui eſt du tout inſuaue, & ſans aucun gouſt, cauſe ſouuent crudité & indigeſtion en d'aucunes complexions.

Irritaments de gueule.

Par cecy appert qu'il y a grand' difference entre les viandes de facile & de difficile digeſtion. Car les viandes fort intemperées qui

Alimẽts de difficile digeſtion.

ſont de ſubſtance dure, craſſe, & viſqueuſe, qui ſont de grãd nourriſſement, & qui ſont excrementeuſes & plaines de ſuperfluitez, & qui ſont inſuaues & de mauuais gouſt, ſont de fort difficile digeſtion. Et au contraire celles ſont plus faciles à digerer: qui ſont tẽperées, de conſiſtence moyenne, molle, & friable, qui ſont ſuaues, & ſans ſuperfluitez, & qui nourriſſent peu.

Viãdes de facile digeſtion.

Nous auons trois digeſtions ſeruants l'vne à l'autre: mais la faute procedant de la premiere, n'eſt point corrigée ny amendée par la ſeconde. Parquoy ſi les cruditez ſont de grand' efficace pour engẽdrer mauuaiſes humeurs, & conſequemmẽt diuerſes maladies au corps humain, ſoit que telles cruditez prouiennent de bonnes ou mauuaiſes viandes (combien que

Trois digeſtions.

celles qui prouiennent de mauuaises viãdes sont les pires) il s'ensuit que la bõne digestion sera de tres-grande efficace pour engendrer bonnes humeurs, & pour chasser les maladies. Or c'est chose seure qu'il n'y a rien qui plus serue à la conseruation de santé, que le bon sang, & les humeurs louables. Et finalement l'vtilité de la bonne digestion est si grande, que Galien ose bié affermer pour chose veritable, que ceux qui se garderont d'engendrer cruditez, ne sentiront iamais aucune maladie. Or le moyen d'euiter crudité ou indigestion consiste en trois points, assauoir en sobrieté, en l'ordre des viandes, & en l'exercice prins par raison. Celuy vit sobrement qui prend sa viande par mesure. Car si vous nourrissez trop peu la personne ia debile, maigre,

Pour euiter crudité.

& exte-

& extenuée, vous ne faudrez de la rendre ſeiche,& hectique: & ſi vous la nourriſſez par trop, cela ſeruira plus toſt de charge & fardeau aggrauant nature, que de nourriſſement:& à la fin viendrez à eſtaindre & ſuffocquer la chaleur naturelle. Parquoy à bonne cauſe deffendoit le bon Hippocrates, que l'on n'euſt à ſe remplir & ſaouller: & principalement de diuerſitez de viandes,& mal maſchées. Car il n'y a choſe qui plus contrarie,ny reſiſte tant à la digeſtion que la varieté, teſmoing Galien diſant ainſi. La diuerſité des viandes (dit il) engendre vn meſ- "
lement, & trouble à l'eſtomac, & "
ſouuent auec appetit de vomir: "
principalement quand ils ſont de contraires facultez, pourautant qu'elles ne peuuent eſtre digerées en vn meſme temps, pour forte

que ſoit la chaleur naturelle: mais aucunes encores toutes crues ſen-tremeſlans auec les ia my-cuites, viennẽt à charger & troubler l'e-ſtomac. Pour ceſte cauſe faut fuïr la varieté de mets en vn meſme repas. Il y a auſſi vn different & diſcord en la meſlange des viandes, dont Auicenne defend que l'on ne prenne le laict auec choſes aigres & aceteuſes: ny les poiſſons, auec le laict. Et maiſtre Arnauld de ville neuue dit, que le vin prins auec le laict, engendre la goute: le fourmage auec les poiſſons, engendre la colique, les pommes ou poires, auec les œufs, engendrent vẽtoſitez coleriques, l'iliaque paſſion, & les hemorrhoïdes. D'auantage l'Auicenne dit que celuy hait ſa vie, qui auale ſans maſcher, car la viande mal maſchée ne ſe peut cuire, mais d'autãt qu'elle eſt plus

Diſcord en la meſlãge des viandes.

amenuisée, & mieux maschée, d'autant est elle plus facile à digerer, & plus tost transmuée. Car (comme dit Aristote) celle diuisiō de la viande faite en parties fort menues, est cause que la chaleur naturelle l'a plus tost cōsommée. Ioint que la preparation faite en la bouche en bien maschant les viandes, est la premiere digestion, selon l'Auicéne, pourautant qu'elle les transmue manifestement en autre forme.

Pourquoy est-ce que les gourmands qui deuorēt la viande sont incontinent saouls. Question.

La cause n'est pas en l'air lequel est introduit au corps auec la viāde, & par l'ouuerture que l'on fait en riant, & par frequente respiration : mais elle est plus tost en la façon de manger. Car si ce qui requiert d'estre fort & longuement

masché, est trop tost aualé, & quasi deuoré, il fache & aggraue l'estomac. Parquoy celuy qui deuore, & ne mange posément, est incontinent saoul. Ceux là aussi qui viennent à table, estans encor en grosse halaine de l'exercice, sont tost remplis de bien peu, la chaleur n'estant encor exhallée. Et à ceste mesme raison nous n'auons l'appetit ouuert incontinent apres l'exercice ou trauail. Aussi apres l'exercice ou trauail. Aussi ne faut il manger soudain apres, ny apres auoir prins Medecine.

Autre question. Autre question se meult. Assauoir-mon si la sobrieté a esté plus grande aux anciens, qu'aux modernes, & suiuants.

Macrobe dit & afferme que les anciens ont vescu trop plus delicatement, & qu'ils ont esté trop plus curieux de viandes dilicieuses, que ceux de son temps. Et de

vray on trouue par histoires plusieurs exemples des grans mangeurs, comme d'Hercules, & des autres luyteurs du temps passé, d'Ephestiõ qui mãgeoit vn mouton à son disner, de Theagenes qui deuoroit vn toreau à vn repas, de Milo qui depeschoit en pain & chair, le poix de vingt mines, & Fornius, vne autruche, aumoins selon Plutarque & autres. Et toutesfois Galien dit que les anciens ont esté trop plus sobres, & mieux refrenans leur appetit au boire & manger qu'en son temps. Item en autre passage dit le mesme Galien qu'au temps d'Hippocras il estoit peu de goutteux pour raison de leur sobrieté. Mais qu'en son tẽps auquel auoit si grande abondance ou plus tost superfluité de viandes qu'impossible estoit de plus, on ne voyoit autre chose que po-

Des grãs mangeurs anciens.

De la sobrieté des anciens.

dagres & goutteux. Ce grād Philosophe Socrates qui fut iugé tresſage par Apollo, diſoit qu'il ne buuoit ny mãgeoit ſinon aux fins de ſubſtanter ſa vie. Mais auiourd'huy pluſieurs ne ſouhaitent de viure, ſinõ pour iouïr plus lõguement du plaiſir & volupté qu'ils prennent à leur gourmandiſe. Et à fin que ie laiſſe à parler des Philoſophes, les anciens Romains ſe ſont ſouuent contétez en leur ordinaire d'vne maniere de pulmét, qu'ils faiſoient de farine, miel & eau, lequel ils auoient en plus grād vſage que le pain. Et Aulegele parlant de la ſobrieté des grans Seigneurs, fait mention de celle de Romulus premier Roy Romain. Et Plutarque fait memoire de celle de Caton le Cenſeur, de Marcus Curius Romains, & du grand Alexandre de Macedoine.

Item Frontin aussi Historien fait mention de celle de Scipion, & de Massinissa Roy des Numidiés.

Plus outre il faut prendre les viandes par bon ordre & raison. Car prinses à la volée & sans discretion elles troublent nature, & ruent les personnes en grandes maladies. I'appelle prendre à la volée quãd elles sont prinses hors heure,& en temps indeu,ou bien à rebours: comme quand on prẽd à l'entrée, ce qui deuroit estre gardé pour l'issue, ou au contraire.Hors heure, c'est quand on n'a point fait d'exercice,ou auant que d'auoir appetit,ou bien quand on mãge auant l'heure accoustumée. Parquoy quand la faim est venue, il ne faut differer le manger, par ce qu'elle augmente la cholere,& remplit l'estomac de mauuaises humeurs. D'auantage ceux pren-

Ordre aux viandes.

nent leur refection outre heure, quand la precedente n'eſt encores deſcendue hors de l'eſtomac, & hors les inteſtins ſuperieurs. Le droit interualle du diſner au ſoupper doit eſtre de huict heures. Et du ſoupper à l'autre diſner, de ſeize heures. Parquoy il faut garder les plus fortes viandes, & la plus grande quantité pour le ſoupper, combien que pluſieurs facent le contraire, mangeant plus au diſner qu'au ſoupper, & viandes plus groſſes & de digeſtion plus difficile, ne conſiderans pas qu'il y a plus de temps pour faire la digeſtion du ſoupper à lendemain au diſner: & q̃ le dormir de la nuict ayde grandement à la perfection d'icelle. Galien le matin enuiron quatre heures de iour, auant que deſcendre aux bains, mangeoit du pain en telle quantité qu'il peuſt

Interualle entre les repas.

Les raiſons pourquoy il faut moĩs diſner & plus ſoupper.

eſtre digeré en ſix heures. Auerrhois vouloit qu'on ne fiſt q̃ trois repas en deux iours, par ce que la tierce digeſtion ne peut eſtre parfaite auant dixhuit heures. Les viandes ſe prennent à rebours, quand celles qui ſont de facile digeſtion, ne ſont prinſes deuãt celles qui ſont de difficile digeſtion: les humides, deuant les ſeiches & arides: les lubriques & coulantes, deuant les aſtringentes : & celles qui paſſent legerement , deuant celles qui paſſent tard. Il conuient ce neantmoins aucunefois commencer par celles qui ſont de forte digeſtion , comme quand le fond de l'eſtomac eſt trop chaud. Car moyennant qu'elles ſoient prinſes en petite quantité, elles ſeront, tel cas aduenant , auſſi toſt cuites, comme celles qui ſont de facile digeſtion prinſes en grande

Prẽdre les viãdes au rebours.

quantité. Au-ſurplus ſe faut garder de rien prendre apres le paſt qui puiſſe haſter la diſtribution. Car il vautbeaucoup mieux alors, que la viande ſe cuiſe parfaitemẽt en l'eſtomac,que ſi elle eſtoit trop toſt diſtribuée aux veines, & inteſtins.

D'auantage pour ſe nourrir ſelon raiſon & bon conſeil, il ne ſe faut ſeulement fonder aux qualitez, & ſuſdits temperaments des aliments, mais faut auſſi auoir eſgard à l'eſtat & habitude du corps. Car s'il y a dyſcraſe ſeiche qui luy porte dommage, il la faut regir & gouuerner par nourriſſement conuenable. Comme ſi le corps eſtoit fort ſec, il ſeroit beſoing de prendre grande nourriture, mais s'il n'eſt guere ſec, il ſe doit contenter de peu mãger. Or puis que nourriture n'eſt autre

chose, que remplissement de la substance deperdue, il faut que la quantité de l'aliment, soit correspondante à la proportion de la perte faite, & de la chaleur naturelle aussi. Sinon que par fortune la fusion des humeurs aduenant quelquefois pour raison de la qualité de l'air contraingne d'en rongner, comme a tresbien noté Galien. Ceux qui ont la peau si dense & serreé, qu'il ne se fait point, ou peu de transpiration par les pores, ont besoing de viandes humides, & subtiles, & en bien petite quantité. Mais au contraire ceux qui ont la peau si rare, que par les pores ils font grand' perte de leur substance, ont mestier d'aliments secs, visqueux, & en bonne quantité. La complexiõ temperée doit estre entretenue & conseruée par semblables. L'intẽperée doit estre

L'aliment doit estre proportioné à la perte, & chaleur.

Distinctiõ pour conseruer la santé.

ou conſeruée par ſemblables, ou corrigée par contraires. Il la faut conſeruer en ceux qui ſont detenus & occupez és affaires publiques, ou autres negoces : mais à ceux qui ſont oiſifs, & qui ont bõ loiſir de faire ce qu'il faut, il ſera plus expediẽt la leur corriger par contraires. Il en faut autant eſtimer des aages, leſquelz changent, & varient les complexions. Car l'aage le plus temperé de tous, qui eſt l'adoleſcence, commençant à quatorze ans aux maſles, & à douze aux filles iuſques à vingt ou ving & cinq ans : & auſſi le plus humide de tous, qui eſt l'aage puerile precedant ladite adoleſcence, ces deux doiuent eſtre conſeruez par cauſes ſemblables à leur temperament. Car autrement leurs corps ne pourroit croiſtre ny en grandeur, ny en groſſeur. Mais

l'aage viril, qui est quãd l'homme est en sa fleur : & pareillement la vieillesse doiuent estre corrigées par contraires. Parquoy en tels aages ceux qui sont fort charnus, & aussi ceux qui sont de complexion molle,& qui sont de couleur rouge doiuent estre alimentez de viandes seiches quasi tout le long de l'année. Mais les graisles, les rousseaux,les noiraux,& ceux qui ont la chair dure &ferme veulent plus tost estre nourris de viandes humides. Et ceux qui sont bien habituez, corpulents, & de bon temperament,qui ne sont ny gras ny maigres,doiuent vser de viandes tẽperées. Les plethoriques & fort replets se doiuent contenter de peu manger,vsant toutefois de viandes tellement tẽperées qu'elles ne puissent manifestement eschauffer,refroidir, humecter, ny

desſeicher, & qui ſoient de ſubſtã-
ce moyenne entre groſſe, eſpaiſſe,
& tenue: & entre viſqueuſe & fria-
ble. Mais pourautant que les par-
ties de l'an donnent grand chan-
gement aux complexions & tem-
peramẽts des perſonnes, elles ay-
dent auſſi beaucoup à trouuer la
vraye raiſon de viure. Et à ceſte
cauſe on appete d'auantage, & di-
gere on mieux en yuer qu'en au-
tre temps. Car alors l'eſtomac &
autres parties internes ſont plus
chaudes qu'en nulle autre partie
de l'an, dont leur eſt conuenable
de plus manger, & moins boire,
mais que ce ſoient viandes chau-
des & ſeiches. A fin que la ſiccité
de l'aliment reſiſte à l'humidité:
& la chaleur à la froideur du tẽps.
Les viandes ſeiches & melancoli-
ques ſont bonnes en Yuer. Non
toutefois prinſes en trop grand'

En yuer on digere mieux.

quantité, ny par trop souuent: principalement à ceux qui sont subgetz aux humeurs adustes & melancoliques, sinon que par les viãdes melãcoliques Galien voulust entẽdre celles qui sont chaudes & seiches. Au Printemps il faut bien peu rongner de son mãger: veu qu'alors on digere le mieux (l'Yuer tousiours excepté) & augmenter le boire, commençant à le mieux tremper. Et en cedit temps faut vser de viandes temperées, c'est à dire qui soient de moyenne complexion. Attendu que son temperament est aussi le moyen entre les extremitez: assauoir qu'il est vn peu froid & humide, comme tenãt encor de l'Yuer: & vn peu chaud & sec, comme prochain de l'Esté.

Commẽt il se faut nourrir au Printẽps.

Assauoir-mon s'il est bon & salubre de ieuner au Printemps.

Question du ieune au Printemps.

La chaleur naturelle abonde fort au Printemps, & pour ceste cause est il requis de manger d'auantage. Toutefois que Neocomensis tache de prouuer que le icusne de la quarantaine, est bien institué au Printemps pour la santé, à raison qu'en cedit temps nostre chair est plus humide à cause du flegme assemblé en l'Yuer precedent. Or est il ainsi que la faim est proufitable à toute personne ayãt la chair humide, par ce qu'elle desseiche & cõsomme telle humeur superflue, iaçoit que ce soit par accidẽt. Parquoy attendu que le flegme abonde au Printemps, & que le sang croist, & se dilate iournellement dedens les vaisseaux, Auicenne veut qu'en cedit temps on rongne quelque chose de l'ordinaire, à fin d'euiter trop grãde repletion. Et de fait Galien ne reprend

ne reprend point la couſtume de ceux qui pour vne maniere d'euacuation endurent la faim vn iour de chacun mois. Plus outre le labeur & exercice doit preceder la refection, mais le vray temps de s'exercer au Printemps, eſt le midi ſelon Galien. Parquoy s'enſuit biẽ qu'à ceux qui ont diſné apres midi ne reſte temps pour ſoupper ſinon la nuict, apres que tout eſt couché. Veu meſme que Galien requeroit ſix heures pour digerer vn morceau de pain. Ioint auſſi que le Printemps, pour eſtre temperé, eſt propre, & fort idoine aux euacuatiõs & purges. Meſme que nature s'efforce d'euacuer les humeurs vicieuſes de toutes les parties du corps, voire iuſques aux pl⁹ profondes, & par ainſi le corps reprẽd ſa force au Printemps. En cedit temps auſſi on tire du ſang

artificiellement, de peur que la chaleur d'Esté suruenant ne vienne soudainement à l'espandre & disperser, dont s'ensuiuent plusieurs maladies. Et pource disoit le bõ Hippocrates parlãt de ceux qui sont sains, que ceux qui ont besoing de se faire ouurir la veine, ou de se purger, le doiuent faire au Printemps. Et de son opinion estoit Ægineta, commandant le vomissement, la purge, & la saignée audit temps. Lesquelles choses toutefois peuuent beaucoup plus nuire aux sains, que ne font les ieusnes & abstinẽces, lesquelz seuls peuuent guarir, & sans danger. La faim aussi vuide egalemẽt tout le corps, mais par accident & non de soy. Car puis qu'elle est priuation, elle ne peut remplir ny vuider de soy. Toutefois qu'il la faut bien longuement endurer,

auant qu'elle puiſſe faire acte de purge. Et à ceſte cauſe elle eſt perilleuſe: car par lõgue faim, la vertu neceſſairement ſe debilite, & ſengendrent humeurs acres, bilieuſes, & ameres: dont s'enſuiuẽt pluſieurs extorſions & mordications d'eſtomac, inquietude, priuation de ſommeil, retẽtion d'excrements, & finalement tous excrements en ſont faits plus acres & mordicants.

¶ Aſſauoir-mon ſi la faim eſt mortelle à l'homme? Pline dit que la faim n'eſt point mortelle auant le ſeptieme iour. Et Galien eſt d'opinion que iamais hõme ne mourut par faute de manger, autrement (dit il) les animaux eſtans muſſez aux cauernes tout le long de l'Yuer ſans boire & ſans manger ne pourroient viure, ny durer. Ce que toutefois ils font, comme

Aſſauoir ſi la faim eſt mortelle.

on void par experience, à cause que par leur oisiueté, & leur endormissement, & pour auoir le cuir fort dense & serré, rien ne se perd de leur substance, qui merite d'estre restauré par aliments. Mais quand le cuir est rare & lasche, il se fait grand' perte & grand' euacuation, laquelle veut estre restaurée. Et s'il vient à se reserrer par oisiueté & par froidures, le froid ne luy nuyra point. Ainsi fut trouué à Venise vn quidam qui ieuna quarante iours tous entiers sans boire & sans manger, lequel estoit d'habitude froide, & interieurement farci de gros flegmes froids & visqueux, & auec ce il auoit les pores fort cõstipez. Combien que Messire Hierome Cardan Medecin Milannois homme de grand sauoir & d'esprit admirable, soit d'opinion que la cause de ce ieu-

Vn quidam ieuna quarãte iours.

ne fust quelque humeur melancolique. Ce qui ne ſemble eſtre vray ſemblable, pourautant que communement l'humeur melancolique prouoque l'appetit, à raiſon de ſon acetoſité. Mais ſi on demãde pourquoy c'eſt, que ceux qui ieunent ſont volontiers tourmentez de ſoif. C'eſt pourautant que le ieune deſſeiche, & que la ſoif eſt appetit d'humidité.

En Eſté il faut encores moins manger qu'au Printemps, mais plus ſouuent : & ſi faut vſer de viandes froides & humides & bouillies, en trempant fort le vin: à fin que le corps ſoit conſerué & entretenu en ſon humidité & fraiſcheur, & qu'il ne demeure par trop ſec. En l'Autõne il faut manger vn peu d'auantage, & viandes vn peu plus ſeiches, qu'en Eſté. Et faut moins boire, & moins trem-

Raiſon de viure en Eſté.

per aussi. Toutefois qu'il se faut abstenir en cedit temps de viandes melancoliques, & par trop seiches.

comment il faut boire aux repas.

Pareillement le boire doit estre mesuré à la disposition du corps. La coustume anciēne par laquelle on buuoit vn bon trait de vin auant que manger, est reprinse & blasmée, & non sans cause & bonnes raisons: lesquelles sont amplement declarées par le Conciliateur, lequel est aussi d'aduis que lon boiue & mange tout ensemble, ou bien qu'on boiue coup à coup aux repas, à fin que la meslange du boire & manger se face mieux. Ce ne seroit chose estrange ny sans raison de boire vn bon trait auant le soupper que la digestion du disner est paracheuée en l'estomac. A fin que plus facilement le chilus soit distribué aux

veines & au foye. Iouxte celle ſentence,

Auant ſoupper bois vn bon trait
Et tu ſeras touſiours dehait.

Il faut toutefois qu'il y aye touſiours proportiō & meſure au boire, de maniere qu'il ne nage, ny flotte aucunement en l'eſtomac. Parquoy on doit repudier la façō de boire d'autant à la mode des Lāſquenets, ou biē des feſtins deſquelz fait mētion Crinitus, diſant que la premiere taſſe ſert pour eſtaindre la ſoif, & à ſobrieté : la ſeconde pour rendre l'homme ioyeux: la tierce pour l'enyurer, & la quarte, pour le mettre du tout hors du ſens. Dont Macrobe diſoit que le manger rend l'homme coy, & ſans parler, & que le vin le fait caqueter. Et combien que ſelon Hippocras le vin appaiſe la faim, cela toutefois ne ſe doit en

tendre de toute ſoif,ains ſeulemẽt de celle qui procede de maladie, & non point de celle qui procede de faim, de flux de ventre,de flux de ſang,ny d'autre euacuation ou perte. Car ſi ceux qui ont faim par l'vne deſdites cauſes,prennent du vin auant que mãger penſant de l'appaiſer, ils ne faudront d'eſtre incontinẽt ſurprins de ſpaſme,ou de reſuerie. Parquoy le boire eſt le vray remede non de la faim, mais bien de la ſoif,qui n'eſt autre choſe qu'vn appetit de choſe froide & humide. Dont le boire humecte & rafraiſchit ou actuellement & de preſent,ou bien potentiellement à l'aduenir. Pline donques a bõne raiſon de dire que le breuuage chaud eſt contre nature, & que nul animant l'appette. Le boire porte la viãde par tout le corps, dont Eraſiſtratus appelle l'humi-

Q'eſt ce que ſoif.

dité,le chariot de la viande. Il y a vne autre definitiõ du boire,prinſe de ſon effect, aſſauoir, Le boire eſt vne liqueur appaiſant la ſoif, & meſlant la viande en l'eſtomac, & quãd elle y eſt digeſte,il la porte au foye,veines, & arteres. Par cecy appert que le boire a trois offices, le premier eſt d'ayder à la digeſtion, l'autre eſt de meſler les viandes,& le tiers, de la conduire aux ſuſdites parties.Item y a deux autres differẽces de boire. Car ou il nourrit comme le vin, le pommé, le peré, le cormé, & la biere : ou il ne nourrit point,comme l'eau.

Definitiõ de boire.

Les trois offices du boire.

D'auantage on fait cinq differences de l'eau à boire. C'eſt aſſauoir eau de pluye, eau de fontaine, eau de puits, eau de riuiere, & eau d'eſtang ou marets. Toute eau de riuiere, & d'eſtang eſt vi-

Cinq differences d'eau potable.

cieuſe & inſalubre à boire, horſmis l'eau du fleuue du Nil. Galien eſprouue la bonne eau par trois ſens, par la veuë, par le gouſt, & par l'odorat. Premierement à la veuë, il veut qu'elle ſoit fort claire & nette, à la bouche, & au nez, qu'elle n'aye aucun gouſt, ny odeur, ny qualité quelle qu'elle ſoit. L'eau toſt eſchauffée, ou toſt refroidie, eſt la plus legere: non au poix cõme aucuns ont penſé, mais nous appellons plus legere, celle qui eſt plus ſubtile & tenue, par ce qu'elle n'aggraue point l'eſtomac, ny le ventre, ny les flans: ains paſſe & deſcend legerement. Parquoy il eſt manifeſte que ceux là ſabuſent bien, qui prennent l'eau de pluye pour la meilleure, comme celle qui eſt pluslegere à la balance, eſtant plus facilement mõtée en l'air, & ayant là quelque

Cõmẽt il faut eſprouuer la bõne eau.

Qu'eſt ce que eau legere.

temps demeuré pendue par ſa legereté. Mais ſi celle raiſon eſtoit vallable, il ſenſuiuroit que les eaus faites de glace, & neige, eſtãs trop plus legeres au poix que l'eau de pluye, ſeroient les meilleures. Et toutefois elles ſont (& à bõne cauſe) de tous regettées comme mauuaiſes & pernicieuſes. Or qu'ainſi ſoit q̃ l'eau de fontaine ſoit meilleure que celle de pluye, Meſſire Turin la amplemẽt diſputé en vn aſſez grand liure fait expres de ceſte matiere, à cauſe dequoy ie me deporteray pour le preſent d'en parler d'auantage.

L'eau pẽdue au puits plus froide que celle du puits.

Plutarque fait la queſtiõ pourquoy c'eſt que l'eau de puits tirée, & couchant audit puits, ſe treuue pl9 froide que celle du puits meſme, mais il ſemble qu'il ne ſatisfait pas bien à la raiſon. Eſt-ce point par ce que la froideur de

l'air, qui eſt plus grande la nuict que le iour, comprime, & dechaſſe la chaleur au fond. Ainſi le froid de l'air rend l'eau plus tiede au fond, par celle compreſſion, que les Grecs appellent Antiperiſtaſe: & l'eau tirée demeure plus froide. Ce n'eſt grand' merueille de ce que luy meſme dit que le grauier, & lames de plomb miſes en l'eau, la rẽdent plus fraiſche, mais toutefois il n'a point parlé de ce qui eſt beaucoup plus admirable. Aſſauoir comment ſe fait que le ſel nitre, lequel eſt euidemment chaud, rend l'eau tresfroide : de maniere qu'en Eſté on en met par grands delices dedens l'eau en laquelle on refraiſche le vin des grans Seigneurs & Princes, à fin qu'ils boiuẽt plus frais, par ce que ledit nitre refraiſche fort, & incontinẽt. Mais icy faut noter que

Le nitre refraiſche l'eau combien qu'il ſoit chaud.

nous n'auons pas le vray nitre des anciens. Democritus dit que les eaus des champs ſont plus ſouuét ſalées : mais celles qui ſortent des montagnes, ou pied d'icelles, ſont douces. La cauſe de ce eſt pourautant que le Soleil donnant tout le long du iour ſur les plaines, il en tire l'humidité & la conuertit en vapeurs. D'ou vient qu'aucunes campagnes ſe treuuent arides, & du tout ſans eau. Et s'il en reſte quelque peu en d'aucunes, cela ſera ſalé, à cauſe que la legereté & douceur a eſté conſommée, comme on void par experience és regiõs maritimes. Sur ce propos dit Paxamus que le corail briſé & mis en l'eau amere, corrige l'amertume d'icelle. Auſſi fait l'orge pilé lié en vn drappeau, & mis en ladite eau. Ce fut grand' merueille & choſe miraculeuſe de ce qu'on dit

Pourquoy les eaus des chãps ſont ſalées.

Pour corriger l'amertume des eaus.

de Moyse, qu'il adoucissoit les eaus ameres, pour getter dedens vne verge de rosage (nommée par les Grecs Rhododaphne) veu que elle fait mourir toutes bestes qui en goustent. L'eau puante & corrompue s'amendera, la faisant cuire ou distiller. Parquoy il sera aisé de finer de l'eau en tous lieux, & en tous temps, & en toutes necessitez: en distillant de terre. Item toute eau est meilleure estant cuite, que crue: mesme q̃ l'eau de fontaine se fait meilleure par bouillir, moyennãt que par trop bouillir elle ne deuienne salée. Aussi le vray remede de toute eau corrõpue & vicieuse en quelque maniere que ce soit, est de la faire bouillir iusques à la moitié, & ce pour cause que le feu a proprieté de separer toutes choses estrãges, & d'autre espece. Aussi l'herbe du

Pour corriger toute eau corrõpue.

Pour trouuer eau en tous lieux.

Pour rendre toute eau salubre & potable.

Pouliot pulueriſée, & eſparſe ſur les eaus inſalubres, les rend potables & ſalubres. La fraiſcheur de l'eau eſt en Eſté nõ ſeulemẽt plaiſante, mais auſſi ſaine. Or vous en pourrez touſiours finer, ſi en rempliſſez bouteilles, & flaſcõs de verre, eſtaing, ou argent, & les mettez dedẽs vn refraiſcheur plein d'eau, en laquelle ferez diſſouldre vne liure de ſel nitre (duquel auons parlé cy deſſus) la mouuant continuellement auec vn baſton. On peut auſſi refraiſchir leſdites bouteilles & flaſcons, les enuironnans de glace, ou neige.

Pour refraiſchir eau en to' temps.

Galien diſcerne les differences des vins par la couleur, par la conſiſtence, par le gouſt, par l'odeur, & par leur force & vertu. Par la couleur, quand il eſt blanc, noir, paillé ou faulueau, rouge, & iaune. Par le gouſt, comme s'il eſt doux,

Diſtinctiõ des vins.

verd,aſpre,auſtere, ou moyen, a-
cre,ou inſipide. Combien que l'A-
riſtote ne comprend point ſous le
nõbre des vins ceux qui ſont fort
doux,attendu que ce n'eſt liqueur
rẽdant vapeur humide pour eny-
urer. Parquoy ils n'ont le gouſt ny
l'odeur de vin : encores moins la
force, veu qu'ils ne peuuent eny-
urer. Par la conſiſtence auſſi ſe co-
gnoiſſent les vins,car aucuns ſont
aigueux,& ſubtils: les autres gros,
charnus,& les autres moyens. Itẽ
par l'odeur par ce que les vns ſont
de bonne odeur , les autres non,
ains de certaine qualité forte &
mal plaiſante , laquelle donne au
cerueau : les autres ſont du tout
ſans odeur. On les diſcerne pareil-
lemẽt par leur force & vertu. Car
les vns portent à force eau,les au-
tres peu , & les autres moyenne-
ment. Ceux portent beaucoup
d'eau

d'eau qui ſont vineux, fumeux, & odorants. Auſſi fait l'hippocras, & le vin eſpicé des anciens qui eſtoit fort odorant, & le muſcat auſſi. Ceux portent peu d'eau qui ſont petis, comme ſont les vins blancs, leſquelz ſelon Galien ne ſont ny chauds, ny doux. Toutefois qu'il s'en trouue aucuns qui ſont fort vineux. Le vin clairet qui eſt petit & debile, cõme le moral de Theophraſte qui eſt incontinent fait, eſt fort proche du blanc. Il y a en outre vin de preſſoir, qui eſt exprimé de la grappe apres qu'on a tiré le vin clair : & vin de deſpenſe, qui eſt fait de la grappe trempée en eau. Il ſe fait auſſi de l'oxycrat, qui eſt vne mixtion d'eau & vinaigre. Il y a encor vin moyſi, vin enaigri, vin eſuenté, & vin pouſſé, qui a perdu odeur & ſaueur. Item vins de petite durée, & vin de

garde. On fait encor d'autres differences de vin, prinſes du temps, leſquelles ſont plus toſt accidentales, q̃ propres. Aſſauoir le mouſt ou vin nouueau, le vieil, & le moyé. Du mouſt ſe fait toute ſorte de vin cuit, ſoit à la conſomptiõ du tiers, ou de la moitié, le vin mieillé, le calenum, le nectar. Le vin de ſix mois, que l'Auerrhois eſtime eſtre vieil, eſt moyen. Toutefois que Galien loue moult le vin de ſix ans, cõme eſtant moyen entre vieil & nouueau. Et de fait Strabo fait mention de quelques vins qui ſe gardoiẽt iuſques à nonante ans: & ce en vaiſſeaux qui n'eſtoient aucunemẽt empoiſſez. Le vin acquiert chaleur par ſa vieilleſſe, à cauſe que par ſucceſſiõ de temps il perd ſon aquoſité, ou bien par ce qu'il conſomme ſa ſaueur, & ſon odeur. En ſorte qu'il

De l'aage des vins.

Les vins vieils ſont les plus chauds.

ſemble que le vin fort vieil n'a plus nature de vin. Attendu que ſon odeur, ſa ſaueur, & ſubſtance potable ſont ia euaporez. Et qu'il eſt deſtitué de ſa vraye & propre chaleur, au moyen de laquelle il eſtoit conſerué, & ſouſtenu, en ſon eſtre. Le bon vin vieil eſt chaud au tiers degré, le moyen au ſecõd, & le nouueau, au premier. Le vin eſt ſec à la proportion de ſa chaleur. Ariſtote toutefois tient que le vin nouueau eſt le plus chaud, & ce neantmoins qu'il peut eſtre congelé par le froid. Mais Galien (& à bonne raiſon) tient qu'il eſt moins chaud, pour autant qu'il engendre flegme. D'auantage ſur tous les vins, le gros & rouge eſt le plus propre & plus idoine pour engendrer le ſang. Et apres luy vient le gros noir qui eſt vn peu doux. Apres celuy viẽnent le rou-

Des qualitez des vins.

ge, le noir, les gros,les durs & aspres ou adstringēts. Les petits vīs blancs & subtils engendrēt moins de sang que tous les autres. Les vins subtils sont plus tost digerez, & plus tost distribuez par tout le corps:& les gros plus tard.

De l'vsage des vins.

L'vsage des petits vins & subtils est le meilleur,& le plus seur,principalement à ceux qui ont abondance de grosses humeurs dedens les veines. Mais si telles humeurs estoiēt froides,alors les vins vieils & acres seroient plus cōuenables: & si lesdites humeurs n'estoient froides,ny l'vn ny l'autre des deux seroit proufitable. C'est à dire ny le vin vieil,ny le vin acre.Les vins de mauuaise odeur , & de goust mal plaisant sont contraires aux odorants.Les vins de bōne odeur sont les meilleurs & les plus idoines pour engendrer le bon sang,

& bonnes humeurs:mais ils chargent le cerueau d'auantage. Parquoy il eſt bon de les tremper par l'eſpace d'vne petite heure auant que les boire.par ce moyen ils ſeront plus temperez, & moins vẽteux.Il faut diligemmẽt fuir toute maniere de vins corrompus & viciez, ſoit ou par l'air,ou par leur lye:comme ſont vins eſuẽtez, vins pouſſez , vins moyſis , & vins de courte durée.Les vins bas & prochains de la lye,acquierent d'auãtage de chaleur , à cauſe dequoy ils donnẽt au cerueau.A ceſte raiſon le vin du milieu du tonneau eſt touſiours le plus excellẽt: & le meilleur huile eſt au deſſus : mais le meilleur miel eſt au fond. Dioſcoride permet le vin de deſpenſe (duquel auõs parlé cy deſſus) aux malades , auſquelz le vin eſt contraire,& auſſi à ceux qui relieuent

Vins gaſtez ſont de fuir.

Le vin du milieu eſt le meilleur.

De la deſpence.

Du mouſt. de maladie longue. Le mouſt eſt venteux, gros, & de difficile digeſtion: il a toutefois celà de bon qu'il laſche le ventre: & ſi par fortune il n'y a ſon iſſue, il en eſt plus dangereux & dommageable. Et le vin vieil eſchauffe par trop. Parquoy le vin d'aage moyen, eſt le meilleur & le plus ſalubre. Or par vray moyen aage du vin Galien a voulu entendre celuy qui eſt entre ſon cinquieme & ſon dixieme an, duquel aage ià long temps a, qu'on n'a point veu: ſinon qu'en ceſte matiere nous veuillons entendre des mois, pour les ans: cõme a fait l'Auerrhois.

De l'aage moyen du vin.

Il eſt donques expedient de s'abſtenir auſſi bien des vins vieils, cõme des nouueaux, par ce que les vieils eſchauffent par trop, & les nouueaux trop peu, & ſi à grand' peine peuuent ils eſtre digerez,

Les vins noueaux ſont de difficile digeſtion.

tant s'en faut qu'ils aydent à la digestion. Sõme qu'il n'y a vin nouueau que l'on puisse boire en asseurance & sans danger, que ceux là seulement, qui sont de substance subtile. La biere, la ceruoise, & semblables breuuages faits & cõposez de grains, sont tous vẽteux, & de mauuais suc. Toutefois que sous ceste espece de breuuage est comprins celuy qui est fait de semences de carottes, lequel Aëce ordonne à ceux qui ne boiuent point de vin, cõme le moins nuisible. Finalement par le citre nous entendons auec saint Hierome, toute maniere de breuuage qui peut enyurer.

De la biere & ceruoise.

Des euacuations naturelles & artificielles necessaires à la conseruation de santé : auec la maniere de corriger l'astriction du cuir, toutes ma-

ladies prouenantes de gourmandises & yurongnerie, la satieté, & la corruption des humeurs en l'estomac. Item de plethore, & cacochymie. CHAP. IIII.



E v que le boire & manger est necessaire à toute personne, il faut necessairement qu'apres la refection s'ensuiue la digestion, & que d'icelle sorte la generatiõ des excremẽts. Car on tient pour chose toute asseurée, que ce qui entre par la bouche en nostre corps, n'est tout conuerti en nostre substance. Parquoy nature prudente non seulement nous a fabriqué des instrumẽts pour expellir & mettre hors lesdits excrements: mais aussi leur a donné faculté, & puissance d'attirer à eux

De la faculté attractiue.

ce qui leur eſt familier & duiſant pour la nourriture, & d'enuoyer aux autres parties ce qui leur eſt neceſſaire, & auſſi d'expulſer & deſchaſſer de ſoy les excrements. Aſſauoir, ceux de la premiere digeſtion par les inteſtins. Et la plus grand' part de ceux de la ſeconde digeſtion, laquelle ſe fait au foye, eſt expulſée par les vrines, & celuy eſt ſereux. Le plus gros excrement & plus terreſtre, qui eſt l'humeur melancolique, eſt enuoyé à la rate. Et le plus ſubtil, qui eſt la colere, eſt pouſſé en vne petite veſſie atachée au foye, vulguairement appellée le fiel. Les excrements des autres digeſtions qui ſe font aux veines, & en chacune particule du corps, ſont expulſez par la tranſpiration inſenſible, & par ſueurs. Leſquelles euacuatiõs ſe font par les pores de noſtre

De l'expulſion des excrements.

peau. Ils ſont auſsi expulſez par organes & conduits manifeſtes & apparens, comme par le nez, par les oreilles: & aucunefois par choſes cõtre nature, aſſauoir par apoſtemes, ouuertures, vlceres, & ſemblables. Quelquefois auſsi ſont expulſez au poil, & aux ongles. Ité les femmes ont en certain temps pertes de menſtrues, qui leur reuiennent à grand' ſanté. Item aucuns tant hommes que femmes, principalement ceux qui ont le foye intemperé, perdent grand' quãtité de ſang melancolique par les veines hemorrhoïdes: & par ce moyen ſont garãtis de pleureſies, d'inflammatiõs de poulmon, d'vlceres farcineuſes & corroſiues, de fouroncles, de boutons & ſaphirs venans au nez & au viſage, de lepre, & des taches blanches venant au corps & en la face d'au-

Quel bien prouient des hemorrhoides.

cunes personnes. La conionction de l'homme & de la femme est œuure de nature. Or est il ainsi qu'il n'y a point d'œuure naturelle mauuaise de soy, ny dõmageable. Parquoy ladite assemblée sera proufitable aux deux, moyennant qu'elle soit prinse par bon conseil & discretion. Comme quand les personnes sont en la fleur de leur aage, & de complexion chaude & humide. Et qu'ils ne sont replets, ny trop extenuez: trop chauds, ny trop froids: trop secs, ny trop humides. Ains qu'ils tiẽnent le moyẽ entre toutes telles extremitez. Item quand il y a si long interualle d'vne fois à l'autre, que tant s'en faut qu'il s'ensuiue debilitation de leur personne, ny dissipation des esprits, qu'ils en sont plus dispos, plus dehets, plus legers, & mieux respirants. Car quand les

La cõionctiõ charnelle est naturelle.

Quand la copule charnelle est vtile.

vaiſſeaux ont abondance de ſemence genitalle, (qu'on appelle ſperme par vn terme tiré du grec) ce qui eſt cõmun à tous ceux qui ont les teſticules chauds & humides, il faut neceſſairemẽt qu'il aduienne l'vn des deux: ou que ledit ſperme ſorte hors le corps humaĩ, ou bien qu'il ſe transforme en autre qualité eſtrange & venimeuſe, laquelle liure ſouuent à l'homme de grands maux, & accidents merueilleux deſquelz a fait mention Galien au ſixieme de locis affectis. Par cecy appert manifeſtemẽt que Venus prinſe par raiſon, eſt grandement proufitable pour la ſanté des perſonnes, meſme aux maladies cauſées de flegme. Item elle arreſte quelquefois le flux de ventre inueteré. D'auantage Hippocrates & pluſieurs autres grãds perſonnages ont eſcript

& ſouſtenu, que par les premiers actes de Venus, ceſſent ſouuent pluſieurs grands maladies. Toutefois qu'à gens trop ieunes elle eſt fort dommageable, & quaſi contre nature, à raiſon de la ſoudaine mutation qu'elle leur apporte. Laquelle eſt telle que le ieune adoleſcent qui eſt exceſſif és actes veneriennes, eſt incontinent fait homme, & par conſequent il en enuieilliſt toſt, ce qu'a voulu ſignifier Martial par ceſt epigramme,

Venus eſt pernicieuſe aux trop ieunes gens.

Par trop haſter les œuures de Venus,
Ieunes cheureaux ſont toſt boucs deuenus,
Produiſant toſt poil, & barbe admirable
A leurs parens, d'odeur abominable.

Venus dõques exceſſiue eſt fort dommageable non ſeulement à l'homme, mais auſſi à tout autre

Venus exceſſiue à tous pernicieuſe,

ſi non aux femmes.

animant, par ce qu'elle deſſeiche & refroidit par trop:& par conſequent elle enuieilliſt toſt : car la vieilleſſe eſt vne diſpoſition ſeiche. Pline parlant de la mort ſubite racompte comment deux patrices ſont morts en l'acte venerienne. Aux femmes aduient tout le cõtraire, car tant plus ont compaignie d'homme,& plus ſont galantes & diſpoſtes, ainſi que dit ce bon vieillard Hippocrates. Et ſont à ce meſtier plus ardantes en Eſté, qu'en autre temps. Dont chante ainſi le poëte Heſiode,

Au point d'Eſté la femme gente
Eſt en amours trop plus ardente
Qu'en autre temps. Mais alors l'hõme
Eſt trop content de moindre ſomme.

Or pour cõclure en bref ce propos, il eſt bon de vuider tous excrements de noſtre corps, moyennant que ce ſoit moderement, &

en temps deu. Car s'ils ſont retenus, & qu'ils demeurent trop longuement dedens, ils viennent à ſe corrõpre & putrefier les vns plus toſt, & les autres plus tard, dont ſortent mille maux & maladies eſtrãges, qui ne les euacue, & tire hors le corps par cauſes contraires à la vertu retentrice. Parquoy ſe fait vne queſtion. Aſſauoir-mon ſi l'euacuation artificielle eſt neceſſaire pour conſeruer la ſanté. *Queſtion.*

Hippocrates & Plato, & apres eux Galien meſme confeſſent que celle agitation faite par la medecine n'eſt point conuenable aux ſains, par ce qu'elle debilite & affoibliſt les forces. Mais pour auoir la reſolution de ce doute, faut preſuppoſer que leur dire s'entẽd de ceux qui ont la ſanté parfaite & entiere, en laquelle n'a que reprẽdre, & qui ont ſoing & cure de *Explication de la queſtion.*

leur raiſon de viure, exerceãt leur corps,& leur eſprit touſiours auãt leur repas,donnãt auſsi ordre que leur digeſtion ſoit bien & duëmẽt parfaite.Autrement ceux qui ſont de mauuais regime ſoit par leur gourmandiſe,ou par leurs empeſchemẽs aux affaires,ou bien qu'ils ignorent comment il ſe faut gouuerner:telles perſonnes pour ſains & diſpos qu'ils ſoient,ſont mal aſſeurez de leur ſanté, ſinon qu'ils donnẽt ordre par interualles d'auoir le ventre laſche par moyens benins.Et aucunefois ſe purgeant auſsi à bon eſcient par fortes medecines, & tirãt du ſang en temps oportun, & quelquefois auec iuilleps, & decoctions qui ont vertu de ſubtilier, nettoyer, & digerer les humeurs qui pourroient eſtre rebelles aux medicaments pour eſtre glutineuſes, & fixes aux par-

ties

ties du corps. Ioint que toute grand' repletion, ſoit en comparaiſon des forces, ou des vaiſſeaux, doit eſtre ſoulagée par euacuatiõ de ſang en ceux qui ſont encores dedens les limites de ſanté. Ioint auſſi que Galien pour obuier aux dangers qu'il preuoyoit de la peſte future, ſe tira bien deux liures de ſang en ſe gratant ou ſcarifiant la iambe, ledit Galien auec Hippocras affermẽt qu'il eſt fort ſouuerain de ſe purger, ou faire ſeigner au printemps, pour preuenir à vne infinité de maladies ſuruenantes, & ce annuellement, & aux ſains. Mais Auerrhoïs ne trouue ſi bonne la purge, ny la ſaignée annuelle, comme celle qui ſe fait de ſept en ſept ans. Par ce que les maladies (dit il) ne viennent ſou- » uent ſinon par certains circuits & » periodes, ou enuiron iceux. Par-

Toute repletiõ doit eſtre euacuée.

quoy ſemble qu'il veuille deſigner les ans perilleux, leſquelz Maternus mathematicien dit eſtre deſtinez, & fort dangereux.

Purgation pour les ſains.

Or quant aux medicaments qui ſont dediez à purger les ſains : les vns laſchent le vẽtre, & les autres incitẽt à vomir, aucũs prouoquẽt l'vrine, & aucuns les ſueurs, les vns font venir les fleurs aux fẽmes, & les autres euacuẽt egallemẽt tout le corps & ce par accident. Itẽ appartiẽnẽt aux ſaĩs ceux qui vuidẽt legerement le flegme, & morueau du cerueau, cõme ſont maſticatoires, ſternutatoires, & naſipurges.

Alimẽts pour remollir le ventre.

Les viandes qui remolliſſent le vẽtre ſont les meures, ceriſes, prunes, abricots, figues, citrons, noix freſches, & les vieilles auſsi, moyẽnant qu'elles ſoient trempées en eau, & pelées, amandes, raiſins & le mouſt. Les pruneaux cuits en

eau miellée, ou en eau ſuccrée laſchent fort, principalement quand on boit leur decoction, ou vn bon trait de vin doux incontinent apres, & ſi cela ſe fait quelque interualle de temps auant diſner (qu'eſt vn documẽt general à tous laxatifs.) A ce meſme ſont fort bons les bouillons d'herbes telles que ſenſuyuẽt, prins auãt le repas auec force huile d'oliue. Leſdites herbes ſont malues, porée ou betes, arroches, ſoulcies, eſpinards, bourrages, bugloſe, choux, thim, hyſop, mercurialle, orties, courdes, feuilles de patiẽce, feuilles de ſus, & d'hyebles. Item la decoction des lentilles ou de ſenegré prinſe auec miel auãt le paſt, poulſe en bas toutes mauuaiſes humeurs retenues aux voyes des inteſtĩs. La raifort prinſe ſeule au cõmencement du repas auec le ga-

ron des anciens, qui estoit de la saulce de l'anchoye, ou auec semblable, est laxatiue. Aussi est la decoction des escargots, & des moules, & la saulmoire des ouitres en escailles. Item les œufs frais à demy cuits pour humer, & plusieurs laictages, speciallement tous les recens prins auec miel ou succre. Pareillement le petit laict prins trois heures auant disner auec succre, ou miel. A ce mesme vaut decoction d'orge en laquelle aurez fait bouillir vn peu de polypode. Item vn myrabolan confit, ou de la casse prinse trois heures auant le past. Ou bien vne once ou dix dragmes de l'opiate qui s'ensuit prinse semblable interualle auant le disner. Prenez conserue de fleurs devioles trois onces, mouelle de bonne casse recentement tirée & passée par le tamis vne on-

Medicaments benins pour remollir le ventre.

Opiate.

ce, muſcillages de pſyllium vne once, meſlez le tout enſemble en forme d'opiate,& la gardez en vn pot de verre,pour en vſer comme dit eſt. Autre mixtion: Prenez cõſerues de prunes & de ſebeſtes & de fleurs de bourrages de chacun vne once,& bonne mauue deſtrẽpée en decoction de regueliſſe, figues,& raiſins,& paſſée par le tamis deux onces, meſlez tout enſemble, & en vſez comme deſſus.

Item les fruits & autres alimẽts qui ſont de vertu aſtringẽte,prins incontinent apres le paſt laſchent le ventre, principalement à ceux qui ont l'eſtomac debile. Tels fruits ſont poires,cormes, coings, neffles & ſemblables. A ce meſme ſont conuenables clyſteres remollitifs, compoſez auec decoction des herbes ſus mentionnées, auec roux d'œufs,ſuccre,miel, ou bien

Les fruits aſtringẽts pour prendre apres le paſt.

Clyſtere.

Aduertissement. auec la seule decoction d'eau & huile. Mais faut icy noter qu'aux personnes gresles, debiles, & de cõplexion seiche seront plus proufitables les clysteres gras & espais. Et à ceux qui sont gras & replets conuiennẽt mieux les plus clairs, & plus salez. Les suppositoires se font de succre, ou d'vn roux d'œuf auec sel, ou d'vne racine de betes oingte auec huile, ou d'vn morceau de lard, ou de sauon. Aucunefois de thym auec miel crud, ou bien de miel cuit auec sel ou nitre.

Suppositoires.

Autres manieres de mouuoir le vẽtre.

Outre plus, le gros d'vne oliue de terebinthine de Venise prinse seule, ou auec vn peu de rheubarbe apres soupper à l'heure du coucher, lasche le ventre fort benignement. A ce mesme a grand' vertu le gros de trois cises de bon aloë, prins auec vn bouillõ ou autre liqueur. Mais il y a controuer-

fie entre les docteurs de l'heure: car aucuns la veullét bailler apres le soupper,& les autres au matin, disant que prinse apres le past elle est dommageable, par ce qu'elle corrompt la viande, & empesche la digestion.

Le vomissemét n'est point proufitable à celuy qui tient bóne raison de viure. Mais toutefois il est vtile à ceux en l'estomac desquelz la viande se corrompt & putrefie, ne descendant au ventre & intestins sans contrainte. Et mesme quand pour raison du flegme cógregé en leur estomac,ils sont desgoutez auec desdain de la viande. Semblablement est vtile quand on veut guerir les cruditez d'estomac seules,c'est à dire quand elles ne sont compliquées auec lassitude. Car en telle maniere de cruditez compliquées auec lassitudes il *Du vomissement.*

faut diligemmént euiter l'vne & l'autre reuulsió, aſſauoir celle qui eſt des humeurs crues en dehors, & celle qui eſt des humeurs acres & mordicantes en dedens. Ce qui ſe feroit par le vomiſſemét, pourautant que leſdites humeurs acres qui ſont cauſe de telle laſſitude, ſont en l'habitude du corps. Hippocrates cõmande le vomiſſemét en Eſté, auquel temps la colere abonde en l'eſtomac, & le defend en Yuer. Toutefois que Celſe ayme mieux que l'on vomiſſe en Yuer, à cauſe qu'alors le flegme charge, & appeſantit l'eſtomac.

Maniere de prouoquer le vomiſſement.

Pour faire vomir aiſement & ſans ennuy, il conuient premier trauailler le corps pour l'eſchauffer, comme par courir ou marcher fort viſte, aux fins de faire eſpãdre les humeurs, & de dilater & eſlargir les veines & arteres. Mais faut

noter que ceux qui ſont gras & replets doiuẽt vomir àcueur ieun, & enuiron le midi, beuuant toutefois premier vn verre & demy ou enuiron de quelque decoction ayant vertu d'inciſer & detrãcher les groſſes humeurs,& viſqueuſes, comme du bouillon de l'eſcorce de raifort ſauuage cinq onces, aauec vne once d'oximel : & faut boire cela tiede, pourautant que les choſes tiedes viennent à debiliter les forces & vertus de l'eſtomac.D'auantage le faut boire lentement au commencement,& ſur la fin plus viſte:à fin qu'il le garde aſſez longuemẽt auant que le vomir. Car ſi du commencement il le boit ſoudain, il vomira incontinent apres, & plus toſt qu'il ne ſeroit de beſoin. Or voila quant à ceux qui ſont gros &replets.Mais les greſles & debiles ſe prouoque-

Quãd & comment les gresles doiuent vomir.

ront à vomir apres le disner en la maniere qui s'ensuit: premierement se laueront les mains en eau chaude: Puis au disner ils mangeront diuersité de viandes, tãt pour en manger d'auãtage (à cause que la varieté irrite l'appetit, & qu'vne simple viande rassasie plus tost) comme par ce qu'en la diuersité, l'vne luite contre l'autre, ce qu'incite à vomir. A ceste cause Polybius permet qu'on boiue de trois sortes de vins meslez ensemble: cõme du vin acre meslé auec vin doux, & vin austere, mais non si tost apres les viandes, de peur que elles ne viennent trop tost à nager par dessus. Or entre les plus legers vomitoires sont ceux qui sont composez d'eau tiede auec huile ou vinaigre seulement, ou biẽ auec suc d'hyebles, ou de feuilles de sus. A ce mesme vaut la de-

Vomitoires legers.

coction de fasioles, ou decoction de semences d'arroches, d'aneth, de raues, ou d'ongnons. Ou bien decoction de fleurs de bruyere. Et tous ces remedes susdits faut prédre par la bouche. Il y a autres manieres de prouoquer à vomir par applicatiõs exterieures, cõme fiel de beuf, de pourceau, de mouton, ou semblables bouillis auec lye d'huile, & en frotter le nombril. Apres auoir vomy pour obuier à la pesanteur de la teste, & pour cõseruer les dẽts il est proufitable de se lauer la bouche & le visage auec eau pure, ou mieux auec oxycrat, qui est vne composition d'eau & vinaigre en telle proportion qu'on le puisse boire aisement.

Par application.

Oxycrat.

Les aliments diuretiques, c'est à dire prouocatifs d'vrine, qui sont de complexiõ fort chaude, seiche,

& acre ne ſont conuenables aux ſaïs. Ains plus toſt ceux là qui ſont plus temperez, & qui plus moderément purgēt le ſang par les vrines, comme ſont les amãdes douces entre les fruits, auſſi les ameres, les chardons & artichaux, les cocõbres & melons, la ptiſane cõmune, les bouillons de coucourdes, ou de raues cuites auec vne ſommité de fenoil, auſſi le bouillõ de ciſes, Item la decoction de chacune des cinq herbes capillaires, ou de toutes enſemble. La decoctiõ des racines de graine, d'aſparges, d'ache, de crethe marine, du thym, du ſerpolet, d'anis, de racine de chardõs prinſe auec vn peu de quelque petit vin blanc, & ſubtil, & vn biē peu de ſaffrã & canelle. Ie laiſſe là le ſyrop de capilli veneris, & les autres medicaments.

Diuretiques legers

Quant aux medicaments qui

prouoquent la ſueur, les vns ſont breuuages, & les autres onctions. En breuuage ſe peuuent prendre la decoction de millet, ou de panis cuits en vin blanc, le ſyrop de ſaint Ambroiſe. Les onctiõs ſe font auec huile de camomille, ou huile d'aneth deſquelz il faut fort frotter la ſuperfice du cuir. *Deux manieres de prouoquer la ſueur.*

Aſſauoir-mon ſi l'euacuatiõ faite par ſueur eſt naturelle aux ſains comme penſoit Manard?

Quant à moy ie ſuis d'aduis, que d'autãt plus que la chaleur naturelle eſt forte, la tranſpiration eſt d'autãt plus inſenſible. Dont Diocles a eſté d'opiniõ que les ſueurs ne ſont naturelles, par ce que quand tout ce q̃ le corps requiert eſt duëment adminiſtré, & que nature a ſuffiſamment vaincu & digeré ſon aliment, il n'en ſort iamais humeur ſenſible. Car toutes

les ſueurs qui procedẽt des bains, ou des grands exercices, ou bien des grandes chaleurs d'Eſté, ont leur origine de cauſe violẽte. Parquoy ie veux conclure que la purgation qui ſe fait par ſueur, ſoit volõtaire ou artificielle, n'eſt poĩt naturelle. Sinon qu'on la vouluſt appeller naturelle, à cauſe qu'en maladie elle ayde à nature.

Pour eſmouuoir les menſtrues.

Tout ce qui prouoque l'vrine à vertu d'eſmouuoir les fleurs aux femmes. Telle proprieté ont l'hippocras, le vin d'hyſope, vin de paſtenades ſauuages, vin d'abſynce qui eſt appellé par aucuns vin d'aloyne, ou de fort. Item la decoctiõ des racines de choux prinſe en breuuage. Item les fueilles de ſeneſſon chapplées & mangées en potage auec autres herbes. Ou biẽ demy once de poudre de pouliot, ou de l'herbe au chat prinſe

auec oxycrat. On pourra aussi prédre ladite poudre de pouliot auec eau miellée. Autre poudre pour ce mesme : Prenez cinamome, canelle, & succre fin de chacun vne dragme, seselli ou herbe à chat deux scrupules, succre fin vne dragme, & en faites poudre bien subtile de laquelle prendrez aueć vin blanc le poix d'vne dragme.

On purge le flegme du cerueau & de la bouche par gargarismes, & par masticatoires. Les gargarismes se peuuent faire par decoction de reguelisse, d'hysope, & d'origanum. Les masticatoires se font de poyure & mastic meslez ensemble, ou bien du mastic tout seul. Et aussi en maschant racine de pirethre, autrement dit pied d'Alexandre, duquel chante ainsi Serenus.

Gargarisme pour purger le flegme du cerueau.

Masticatoires.

Si veux mascher bel & beau
Du pirethre le matin,
Tu purgeras ton cerueau
De grand flegme, & farcin.

Nasipurges. Les nasipurges sont faits d'vne liqueur que l'on gette dedens le nez auec vne syringue à ce propice. Ou bien on l'y attire au moyē d'vne esponge. Les plus simples & benins se font auec eau distilée de mariolaine, ou auec decoction de blettes & mariolaine cuittes en eau, & miel, & puis coulée & syringuée comme dit est. *Sternutatoires.* Les sternutatoires font esternuer, & ourent les conduits des narines, & purgent le cerueau, & par accidēt le poulmon. Les sains se font facilement esternuer, sollicitāt leurs narines auec vne plume, ou auec vn festu, ou bien en regardant le Soleil, à cause que par sa chaleur il vient à esmouuoir les esprits.

Assauoir

Assauoir-mon si le bain est vtile à ceux qui sont sains?

Pour venir à la decision de ceste question, faut entendre premierement qu'il y a deux manieres de bains, assauoir les bains naturels & les bains artificiels. Les naturels sont ceux qui ont leur source naturelle de la terre sans autre artifice. Et retiẽnẽt la couleur, l'odeur, & la saueur de la terre & des mineraux par ou ils passent. Et possible qu'ils ne seroient pas chauds n'estoit q̃ telle chaleur peut proceder de quelque vertu comme d'vne matiere ou vapeur medicamenteuse, laquelle estant close & empeschée, ne se peut euaporer, ny esuanouir en coulant. Les baĩ coulants par minieres de fer, d'ærain, de cuiure ou loton, prennent leur vertu medicamenteuse des dits metaux. Ceux qui tiennent

Des bains.

Les bains naturels.

Bains qui tiennẽt du fer. du fer ou acier, ſont proufitables à l'eſtomac, à la ratelle, à tous flux, & aux vlceres de veſcie. Les bains qui tiennent de l'ærain & du cuiure ſont proufitables aux maladies de la bouche, de l'alueté, & aux inflammations des glandes du goſier que noz Chirurgiẽs appellent les amygdalles: & pareillement ſont proufitables aux maladies des yeux. Ceux qui tiennent du nitre, ou du ſel, ſont bons aux maladies de teſte, & à la poiꝭtrine qui eſt ſubiecte à receuoir de fluxions catarrheuſes, ils ſont auſſi bõs à l'eſtomac trop humide, aux hydropiques, aux tumeurs & apoſtemes froides & flegmatiques. Les bains allumineux tiennent de l'allum, & ſont ſalubres contre le crachement de ſang, à ceux qui ſont ſubiets à vomir, & pour arreſter les fleurs aux fem-

Bains qui tiennẽt de l'ærain.

Bains nitreux.

Bains allumineux

mes. Les bains qui tiẽnẽt du souffre, rechauffent & remollissent les nerfs, & sont sedatifs de toutes douleurs, mais ils debilitent par trop l'estomac. Pareillement les bitumineux eschauffent & remollissent, mais ils ont aussi vne incommodité, c'est qu'ils remplissent le cerueau de vapeurs. Et pour dire en general tous tels baĩs ou estuues naturelles eschauffent, & desseichent fort. A ceste cause ne sont proufitables qu'aux complexions froides & humides. Et ce aux maladies & subiets à maladies plus tost qu'aux sains. *Bains sulfureux.* *Bains bitumineux.*

Les bains artificiels sont secs ou humides. Aux bains estoient anciennemẽt cinq estages selon Pline, combien que Galien n'en fait que quatre parties. Au premier estage on laissoit les vestemẽs, au secõd estoit l'estuue seiche *Bains artificiels & de leurs parties.*

pour ſuer, & ce lieu eſtoit vouté de grand artifice. Au troiſieme eſtoiét les cuues baignoires plaines d'eau chaude les vnes, & les autres d'eau froide. Et apres s'eſtre baignez en l'eau froide, ils venoiét au quart mẽbre, auquel ils ſuoient derechef, à fin de ſe nettoyer ſans ſe refroidir. Les bains ſecs, ou plus toſt eſtuues ſont, quand l'air eſchauffé par vapeurs chaudes ſuſcitées du feu allumé par deſſous, ou par cailloux ardents, ou bien par quelque decoction bouillãte, vient à prouoquer la ſueur.

Eſtuues.

L'eſtuue peut eſchauffer & diſſouldre ou liquefier les matieres contenues en tout le corps. Item peut egaller ce qui eſt ineſgal, & relaxer le cuir, & euacuer pluſieurs excrements qui ſont contenus ſous iceluy.

Bains de eau douce.

Les bains d'eau douce ſont ou

froids ou chauds. L'eau froide espaissist,reserre,cõtraint,& cõstipe ce qui sort par les pores. Parquoy estant espãdue sus la peau, elle refroidist tout le corps, elle rend la peau plus espaisse & plus dense,& cõforte & restablit la vertu. Mais Galien ne la permet sinõ aux ieunes gens charnus & bien habituez qui ont accoustumé de viure par bon regime auec exercice conuenable.Les baĩs chauds d'eau douce sont non seulement artificiels, mais aussi naturels,aumoins selon l'Aristote disant qu'il s'en trouue de telz en vne prouince de Macedoine nõmée Magnesia. Ces baĩs icy peuuẽt estre eschauffez par les feux qui sont en plusieurs lieux couuerts sous terre, ou plus tost par la chaleur produite aux veines & entrailles de la terre, par la vertu des Astres. A la generation

de laquelle chaleur ne peut empescher l'espaisseur de la terre. Combien qu'elle empesche que la lumiere ne la puisse penetrer. Galien aussi dit que les eaus sortãs naturellement chaudes, ont vertu d'humecter. Parquoy ou il entend des susdites auec l'Aristote, ou de quelques autres q̃ sont veritablement medicamenteuses, mais fort peu: à cause de la grand' quãtité d'eau douce qui est meslée auec elles. Car pour certain toute eau medicamenteuse a vertu de desseicher, & nõ d'humecter. Voire mesme que toute eau desseiche hors mis celle qui est potable.

Item l'eau bouillant appliquée, brusle & condense le cuir, & ferme les pores. L'eau temperée, c'est à dire qui est moyẽnement chaude, lasche & rarefie le cuir, fond & dissould les humeurs. Parquoy le

bain temperé eſt de celle partie d'exercice que les Medecins appellent apotherapia, pourautant qu'il mollifie la chair tenſe & dure, & qu'il tire hors les excremẽts putrides ſi aucuns y en a ſous le cuir. Par ainſi il peut ſeruir au lieu de frication, ou d'exercice. Car il purge eſgallement tout le corps. Combien que la purge faite par le bain ſoit petite, & qu'il ne purge quaſi que le cuir. Il gueriſt auſſi les laſſitudes auſquelles les parties ſimilaires ſont deſſeichées, & auſquelles les petits eſpaces vuides ſont humectez non d'humeur naturelle & vtile, ains d'vne ſubtile, acre, & mordicante. Car par ſon humidité, il corrige la ſeicheresse des parties inſtrumentales: & par ſa chaleur il attire l'humeur ſubtile & acre. Mais pourautãt que l'eau ſeule ne peut lon-

guement adherer au corps , on y mesle huile pour l'y faire demeurer plus longuement. Et est grandement proufitable de se frotter le corps de ces deux meslez ensemble. Vous asseurant que c'est vn singulier remede, principalement à ceux qui sont par trop chauds & secs. Or le vray temps d'oindre celuy qui se baigne est, non apres quil aura sué, ny incótinent qu'il aura posé ses habits auant que suer, mais bien incontinent qu'il commencera à deuenir moyte. Item sont proufitables les bains aux sains qu'on veut purger, auant & apres ladite purgation. Auant par ce que tels bains preparent la matiere qu'on veut euacuer: apres, par ce qu'ils viennent à resoudre & dissiper le reste des humeurs superflues.

Onction aux bains.

D'auantage sont fort vtiles ces

bains non ſeulement aux ſains: mais auſſi en pluſieurs maladies, cõme aux inflammatiõs de poulmõ & aux pleureſis : par ce qu'ils appaiſent la douleur,& viennent à maturer & expellir le crachat, moyennant qu'ils ſoient adminiſtrez apres auoirpurgé le corps. Car s'ils ſont prins auant la purgation ils ſont fort dangereux, à raiſon qu'ils peuuent cauſer defluxion ſur les parties affligeés. Le bain (dit Galien) eſt adminiſtré ſans danger aux maladies, quand la matiere eſt cuyte & digeſte. C'eſt à dire en la declinatiõ d'icelle. Car iamais la digeſtiõ de l'humeur n'eſt parfaite auant l'eſtat de la maladie. Le bain eſt auſſi louable & vtile aux fieures diaires,& principalement en la declination de celles qui procedent de cauſe externe. Mais il n'eſt pas

A quelles maladies prouffitent les bains.

tant proufitable quand on a soupçon de putrefactiõ : comme aux diaires causées d'opilation, d'apostemes, ou cruditez. Les bains sont singuliers aux fieures hectiques, & donnent allegemẽt aux fieures putrides, comme à la tierce vraye ou fausse, moyennant que ce soit apres les signes manifestes de cõ-coction. Ils sont aussi proufitables aux fieures ardentes : non à celles qui sont causées de flegme, mais bien à celles qui sont causées de colere, pourautant qu'ils euacuẽt quelque partie de ladite colere, & auec ce ils ont vertu de refrigerer par accidẽt. Assauoir introduisant vne moyteur chaude, laquelle peu de temps apres retourne à sa froideur naiue. Toutefois qu'en la tierce nothe laquelle n'est pas causée de colere pure, les bains ne sont pas proufitables au commẽ-

cemẽt, comme ils ſont en la vraye tierce, ou en la fieure ardente, à cauſe qu'ils attirent la colere impure & indigeſte à la ſuperficie du cuir, laquelle deuoit eſtre cuite & digerée au dedens. A ceſte cauſe ils augmẽtent les obſtructions, & par conſequent la fieure. Or eſt il ainſi qu'il faut ſongneuſement ſe donner de garde de n'attirer les humeurs crues en dehors, ny les acres en dedens. Ce neantmoins on permet bien leſdits bains à la fieure quarte, meſme auant que l'humeur dequoy elle eſt cauſée ſoit digeſte: & ce à fin de la digerer, c'eſtadire, d'humecter, ſubtilier, & moyẽnemẽt eſchauffer l'humeur melancolique. Les bains ſont auſſi proufitables aux quotidiennes, moyennant qu'ils ne ſoient prins auant la declination.

Somme que s'il n'y a point debilitation de quelqu'vne des principalles & plus nobles parties internes, & qu'il n'y aye abondance de cruditez dedens les veines, les febricitans receuront deux commoditez par les bains. L'vne sera qu'il s'euacuera vne bonne partie de l'humeur peccãte: l'autre qu'vne partie de la chaleur febrile s'euaporera par les pores, moyennãt qu'ils soiẽt si temperez, que le patient ne tremble point en entrant dedens. Car tel tremblement non seulement augmenteroit la fieure presente, mais aussi quãd il ny en auroit point, il seroit suffisãt pour la susciter. Et si quelque autre partie moins noble estoit debile, le malade trouuera la plus grand' part de sa santé par le bain, par ce que lesdites parties debiles receuroient les superfluitez. Dont à

bõ droit les bains ſont fort cõtraires aux fieures ſyncopales quand elles procedent de cruditez. Et pareillement ſont à craindre aux fieures cauſees de flegmon. Parquoy il appert qu'ils ne ſont cõuenables en toutes fieures ardentes.

A quelles maladies ſont contraires les bains.

Quant au temps & heure qu'il faut prendre le bain, il ſe treuue qu'on ne ſe doit baigner incontinent apres le boire ou mãger. Car le bain rempliſt le cerueau de vapeurs à celuy qui a beu auant que d'y entrer. Et à ceux qui ont mangé au parauant, non ſeulement rempliſt le cerueau, mais auſſi s'ẽſuit vne autre grand' incommodité : car toutes les parties du corps tirent à ſoy l'aliment auant qu'il ſoit digeré. Dont il s'enſuit grand amas de cruditez. Semblablemẽt ſe faut garder de boire ny humer incontinẽt apres le bain, ains pour

En quel temps il faut prendre les bains.

le plus ſeur le faut differer iuſques à ce que les eſmotions prouenans dudit bain ſoient appaiſées. Toutefois qu'il ſe trouue aucunes cõplexions, eſquelles il eſt meilleur de manger vn peu auant, que d'y entrer à cœur ieun: aſſauoir à ceux qui ont quelque ebulition de colere. Mais il faut qu'ils mangent viande fort ſimple, & en petite quantité, & faut interpoſer ſix heures entre ce manger, & ledit bain, ſelon l'opinion de Galien. Et ce à fin que la digeſtion ſoit faite auant qu'y deſcendre. Dont il s'enſuit par celle autorité, que la viande meſme en petite quantité ne peult eſtre digerée en moins de ſix heures.

Pourquoy le bain debilite.

Mais il me ſemble que ce ne ſera trop s'eſlongner du propos, de propoſer icy pourquoy c'eſt que le bain debilite les forces & ver-

tus de noſtre corps. Eſt-ce point à raiſon que par les choſes temperées (cõme doit eſtre ce bain) leſquelles nous ſont tant aggreables & plaiſantes que rien plus:ce qui eſt cõcreé en nous ſe vient à fondre & eſpancher par noſtre corps: enquoy nous receuõs vn grãdiſsime plaiſir, & volupté treſgrande. Mais quãd il dure trop lõguemẽt, cela nous dõne ennuy & facherie, à cauſe que par lõgue demeure il s'eſpãd ſi deſmeſurémẽt, q̃ noſtre ſubſtance s'exhale, & reſould, en maniere qu'il s'enſuit defaillemẽt de cœur auec debilitatiõ de vertu & finalemẽt la mort. Pareillemẽt ſe reſould la vertu quãd le bain eſt eſchauffé de bois vicié & corrõpu: par ce q̃ l'eau bouillãt en la chaudiere en attire les mauuaiſes vapeurs, dont elle s'infecte. De telle nature ſont le buis, l'if, le noyer.

Quels bois corrõpent le bain.

Le tronc du figuier, rend aussi fumiere tres acerbe & maligne. Et les brãches d'oliuier, soit en bains ou fomentations, sont fort insalubres, comme dit Plutarque, lequel au mesme passage demõstre clairement comment le feu prend diuerses proprietez par la diuersité des matieres qu'on trouue en diuers lieux. Les orfeures eslaborẽt & affinent l'or auec feu de paille. Les apothicaires cuisent leurs medicaments auec sermẽt de vigne. Item les petits rameaux de bruyere sont fort propices à remollir le verre pour en iouir plus facilemẽt.

Bains particuliers.

En outre se font bains particuliers nõ seulemẽt d'eau, mais aussi d'autres liqueurs, comme quand on a crainte de vomir apres vne medecine. Alors il est bon de se baigner les pieds & mains en eau chaude fort mordicante. Et aux purga-

purgatiõs violentes & exceſſiues conuient ſe lauer le fondement auec eau froide, & ſe baigner les extremitez des pieds & mains en eau. Toutesfois que le bain eſt nuiſible à ceux qui ont flux de vẽtre. Mais c'eſt par ce qu'il retire & deriue les ſuperfluitez en toutes les parties du corps, & par cõſequẽt arreſte ledit flux q̃ eſt choſe dãgereuſe. Et de fait Auerrhoïs n'approuue point telle maniere.

Le bain eſt contraire au flux de ventre

Aux maladies de teſte, il faut faire les embrocations & arrouſemens ſur la ſuture anterieure du chef qu'on appelle coronaria, y laiſſant tomber huile roſat de lieu haut. Et faut oindre le front, auec oxyrhodin qui eſt fait d'huille & vinaigre. Embrocatiõ ſe fait auſſi auec maluoiſie, au moyen dequoy on donne ayde aux rheumes. Il ſe fait autre embrocation auec de-

Arrouſemens & embrocations.

coctiõ de grand' diuersité de plãtes, & mineraux, laquelle est par trop somptueuse, & de trop grãd' despense, & au moyen de laquelle aucuns ont fait de grands prouffits & acquets. Contre defaillement de cœur on applique espõges trempees en liqueurs odorãtes. Et se sont arrousemẽs de face, & aspersiõs auec eaus de senteur, vin, & vinaigre, & autres semblables ayans vertu de conforter.

Contre syncope.

A la douleur des yeux.

Pour appaiser douleur des yeux est fort propice le laict d'vne ieune femme bien temperee.

Contre colique.

Contre la colique est souuerain remede de plonger tout le patiẽt en huile, ou à tout le moins iusques aux reins.

Contre spasme & tremblement.

Itẽ nous baignons en huile chaud ceux q̃ ont perdu le sentimẽt de quelque partie, & ceux qui sont subgetz aux trẽblemẽs, & ceux aussi q̃ sõt affligez de

ſpaſme. Itē ceux qui ont le mouuement, ou le ſentimēt bleſſé. Le ſang de renard a vertu de rompre la pierre aux reins, & en la veſcie, moyennant qu'on s'en oingne ſouuent les reins, le penil, & les genitoires le plus chaudemēt que faire ſe pourra. On a en outre inuenté les petits bains & fomentations du ſang humain, que lon dit eſtre proufitables aux lepreux.

Contre la pierre.

Pour les ladres.

L'aſtriction ou denſité de cuir cauſe ſouuent repletion en ceux principalement qui ont le cuir ſi rare que leur ſubſtance & vapeur benigne s'euapore par les pores. Et aucunefois au cōtraire elle induit la fieure, comme en ceux qui ont abondance d'humeurs acres & mordicantes. Et ce neātmoins la diſpoſition cōtraire à icelle (qui eſt la relaxation du cuir) n'eſt pas touſiours louable : car ceux qui

Aſtrictiō de peau.

ont la peau laxe, molle, & rare sont facilement surprins des maladies prouenantes de cause extreme: comme ceux qui l'ont dense, sont subgetz aux maladies de cause interne. Dont Oribase estime que ceux qui sont gresles outre nature, meurent plus tost que les gras, & replets, à cause qu'aux gresles la chaleur naturelle est tost euaporée par les pores estans ouuerts à raison de la trop grand' siccité qui est en eux: cõbien qu'il semble contrarier à ce qu'il dit en vn autre passage. Celuy, (dit il)
" qui n'est guere souuent surprins
" de maladies par trauail, a les pores
" ouuerts, par lesquelz nature s'euapore. Astriction doncques n'est autre chose qu'vn vice de cuir, par lequel la transpiration est empeschée, & les superfluitez retenues. Ce qu'aduiẽt pour deux cau

ſes, aſſauoir, ou par ce que les pores ſont opilez, ou bien par ce qu'ils ſont reſerrez. L'opilation q̃ nous pouuõs auſſi appeller obſtructiõ, prouient des gros excremẽts & viſqueux, quand ils viennẽt au cuir en ſi grand' abondãce & impetuoſité qu'ils bouchẽt les pores. La denſité vient de tout ce qui reſtraint & reſſerre, aſſauoir aucunefois de grand' ſiccité, & quelquefois du froid ſeul, ou ioint auec quelque vertu aſtringente. Et en ceſte maniere on dit que la biſe condenſe & reſſerre les corps. Pareillement ſont ouuerts les pores par ſiccité exceſſiue, comme il appert par la peau de quelque beſte, laquelle eſtant fort ſeiche, eſt treſparente: mais eſtant bien trempée, elle eſt conſtipee. A ceſte meſme cauſe le cuir des ieunes enfans, eſt conſtipé & vni pour *Opilation*

la grand' humidité qui abonde en eux. Mais celuy des vieilles gens au contraire eſt fort rare,& percé. Par cecy eſt manifeſte qu'vne meſme cauſe produit ſouuent diuers effects, comme nous voyons de la ſiccité laquelle laſche & reſtraint le cuir. En outre le cuir denſe & ſerré eſt facilement congnu par le tac,& par la veuë. Et pour remedier à ce,il le faut rarefier & relaxer en l'eſchauffant par exercice vehemẽt, ou par vn bain chaud. On le peult auſſi oindre des huiles qui ont vertu de relaxer, comme ſeroit l'huile d'aneth, de chamomille & ſemblables,qui ſont totalement contraires aux aſtringents. Contre les groſſes humeurs & viſqueuſes ſera conuenable vſer d'aliments & medicamẽts qui ayẽt la vertu d'inciſer & ſubtilier leſdits flegmes:l'exer-

Remedes contre aſtriction de cuir.

cice toutefois y eſt meilleur que l'vn ny l'autre, pourautãt qu'il reſould, & cõſomme les excremẽts, ſans offenſer le corps.

Crepala procede de trop grand' repletiõ de vin. Et ſignifie ce mot toute maladie & mauuaiſe diſpoſition cauſée du vin, ſoit auec douleur de teſte, le ſens demeurant ſain & entier, comme on voit en crapule : ou bien ſans douleur de teſte, & le ſens eſtant troublé, cõme en ceux qui ſont yures. Or il y a deux manieres d'yurongnerie, vne forte, & l'autre legere. La forte eſt vne ardeur laquelle afflige le patiẽt beaucoup plus q̃ la legere. Et ce neãtmoins en la legere la raiſon eſt plus troublée qu'elle n'eſt en la forte. Plutarq̃ auſsi en fait deux differences, diſant qu'en l'vne on eſt ioyeux & galãd, & en l'autre on eſt importun à parler. *De crepala, crapule & & ebrieté.*

Aucuns tiennent que tant s'en faut qu'ebrieté ſoit du tout inutile, qu'il eſt bon de s'enyurer aucunefois. Et diſent pour toute raiſon que s'enyurer mediocrement par quelques iours, principalemẽt apres auoir continué long temps à boire de l'eau, celà purifie & nettoye les ſens de tous leurs excrements: & par cela veulent inferer qu'elle eſt vtile. Et diſent en outre que non ſans grand' cauſe le Roy Mithridates auoit conſtitué vn talent d'argent à celuy qui emporteroit le pris de boire, & manger. Pourautãt que nul ne ſauroit ſupporter telz exces, qu'il ne fuſt fort & magnanime, pour la grande abondãce de chaleur naturelle qui ſeroit en luy. Toutefois, comme dit Dioſcoride, toute ebrieté eſt nuiſible, & principalement la continuelle, comme il

appert par le troublement de tous les ſens, les actions deſquelz ſont bleſſees par ebrieté. Ceux qui ont vn peu trop beu, & encores mieux ceux qui ſont fort yures ont la raiſon troublée : de maniere qu'il leur eſt ſouuent aduis que tout tourne : & leur ſemble veritablement que d'vne choſe y en a pluſieurs. Ils ne ſauroient parler ſans begueyer, tout le corps leur tremble, ils chancellent de tous coſtez, & trebuchent ſouuentefois. Ebrieté auſſi cauſe ſouuent maladies froides comme apoplexie, le mal caduque & ſemblables. Elle eſt auſſi cauſe aucunefois que le ſentiment & mouuement ſont deteriorez. Et ſi l'homme yure perd ſubitement le parler, il ne faudra de mourir en ſpaſme, ſinon qu'il ſuruint vne fieure : ou bien qu'il recouuraſt le parler dedens le

temps que l'ebrieté doit cesser. Mais faut noter qu'elle ne fine tousiours en vn mesme temps à cause de la diuersité des vins, & des complexions. Parquoy sur tous breuuages qui ont vertu d'éyurer, le vin est le premier, l'eau est le second, & la biere ou ceruoise est le tiers. Et ce neantmoins l'ebrieté procedant de biere est la pire de toutes, & celle qui est cause du gros vin luy seconde. En outre l'ebrieté est plus furieuse & plus cruelle aux complexions melancoliques, c'estadire à ceux qui sont mornes & endormis, qu'elle n'est aux autres, par ce que le vin vient à eschauffer & humecter leur complexion qui est froide & seiche, & par consequent il les réd pl⁹ mobiles, superbes, & insensez. Mais il fait tout le cõtraire aux complexions mobiles: car par sa

chaleur & humidité il les vient à resoudre & refroidir.

Le souuerain & prompt remede à celuy qui est yure est de vomir incontinét, & bien tost apres de se promener lentemét & legeremét, puis de faire fort froter les extremitez, cõme bras & iambes, & cela fait se faut reposer & dormir bien couuert. A ceux qui sont de complexion chaude, est grãdemét proufitable l'herbe de plãtin commun, prinse en bonne quantité. Aussi est de boire vn bõ trait de verius de grain, ou de vinaigre, ou de manger des choux. Mais à ceux qui sont de temperament moins chaud est fort proufitable manger gasteaux faits auec miel. Item de manger vn pourreau rosti, ou bien de la racine de la petite serpentine est chose singuliere pour desenyurer. Aussi *Remedes contre ebrieté.*

eſt de manger vn ongnon auec vinaigre,ou du ius d'aloïne autrement nommé abſynce prins auec du miel. Ou bien vn breuuage compoſé auec le ius de la couleurée nommée des Latins bryonia, & auec vinaigre, autant de l'vn comme de l'autre. Item de boire vin auec vn peu de la fleur de la grand' ſerpentine, cela dechaſſe ſoudainement toute ebrieté. La fleur de leueſche,& du ſaffran, & le cabaret par leur odeur prouoquent à dormir, & à ceſte cauſe ſont propices à ceux qui ſont yures, les incitant à dormir ſuauement.

Cõtre l'odeur du vin

Item pour dechaſſer l'ĕnuy qu'ő pourroit auoir de l'odeur du vin, faut maſcher raifort, & en ſuccer le ius, ou bien de la racine du glayeul. Ou,pour le mieux,faut maſcher de calamus aromaticus. A ce

meſme eſt fort bõ de maſcher l'eſ-
corce de citron, ou de lymon, pa-
reillement de maſcher anis cõfit,
ou coriandre preparee.

S'enſuiuẽt les preſeruatifs pour
euiter ebrieté. Et premierement
faut prendre auant que boire du
ſuc de la ſuſdite couleuree auec
vinaigre, ou faut manger de la be-
toine,ou boire du vin cuit auec vn
peu de ſaffran. Il eſt auſſi bon de
mãger choux cruds auant q̃ boire.
Ou bien de boire vn trait d'huile,
pourautãt qu'il prouoque l'vrine,
& dõne voye au vin. Parquoy nõ
ſeulemẽt il preſerue qu'on ne s'en
yure,mais auſſi il dechaſſe toute e-
brieté. Item celuy qui mangera à
cœur ieun cinq ou ſix amandes a-
meres,ne ſe pourra éyurer de tout
ce iour. Voilà les ſeuls moyens par
leſquelz reſiſtoit à ebrieté ce grãd
& tant fameux medecin, lequel

ſelon Atheneus & Plutarque ſurmontoit à boire les plus grãds yurongnes de ſon temps. Il y a en outre d'autres preſeruatifs, leſquelz preſeruent d'ebrieté celuy qui les portera pẽdus en ſon col: cõme l'amathyſte pierre precieuſe ainſi nõmée par les Grecs plus toſt pour raiſon de ſa couleur, que pour ſa proprieté. A ce meſme a grand' proprieté le dyoniſe pierre ainſi nõmée pour auoir odeur de vin. Item pour ce meſme eſt ſingulier de porter ſur ſon chef vn chappelet de Iua moſchata, ou de lierre, ou bien de ſaffran.

Preſeruatifs d'ebrieté.

Pour faire haïr le vin à quelqu'vn, il faut faire mourir vne tortue dedens celuy que luy voulez faire boire. Ou bien luy faut faire boire vua marina auec ſon vin. A ce meſme eſt fort bõ & facile, luy faire boire fiente de paon detrẽ-

Pour faire hayr le vin.

pée en vin, ou le poix de ſix graĩs de fiéte de Lyon. Item eſt bon de prẽdre par trois matins cõſecutifs œufs de chahuãt detrẽpez en vin, cela fait abhorrir le vin merueilleuſement. Auſsi fait la ſcaiue ou larme qui coule quãd on poue les vignes, laq̃lle il faut mettre dedés ſon breuuage, qu'il n'en ſache riẽ.

Au ſurplus Galien a eſcrit quelques moyens pour enyurer prõptement. Mais il n'y a rien qui enyure plus toſt que la diuerſité des vins, ou que de boire vin dedens lequel on auroit eſteint ſerment de vigne allumé. Herodote fait memoire d'vn fruit lequel eſtant getté au feu enyure de ſon odeur tous les aſsiſtans. L'yuraye meſlée dedés le pain enyure auſsi. *Pour enyurer toſt.*

Mais c'eſt aſſez dit de la replection qui ſe fait par boire, maintenãt il eſt tẽps de parler vn peu de

la repletion des viandes, & humeurs. En quoy faut premierement noter qu'il y a deux manieres de repletion. L'vne est dite en comparaison des vaisseaux, cestadire des veines & arteres : & l'autre est dite en comparaison de la force & vertu qui regist nostre corps, ne plus ne moins qu'il y a deux manieres de contenir, desquelles la premiere est quand le vaisseau contient vne liqueur ou autre chose qu'il a en soy. Et l'autre est quand vne chose regist & conserue l'autre, on dit qu'elle le contient. En ceste derniere signification l'ame contient le corps qu'elle regist. Or l'vne & l'autre de ces deux repletions peult estre cause de boire & de manger, & des humeurs aussi. Repletion de viandes n'est autre chose q̃ satieté, & quãd lon en a tãt prins q̃ l'estomac

Deux especes de repletion.

mac en eſt enflé & tendu, c'eſt la premiere repletion que nous auōs appellée en comparaiſon des vaiſſeaux. Et la repletion quant à la vertu, eſt quand on mange plus que nature ne peut vaincre & digerer. En maniere que ſatieté peut eſtre meſme d'vn bien peu de viãdes, aſſauoir quand l'eſtomac par ſa debilité, a peine de les digerer. Mais pourautant que ſatieté engendre ſuperfluité d'humeurs, ou cruditez, & par conſequent engendre les maladies, il la faut corriger de bonne heure par euacuation, ou par abſtinence. Quand la ſuperfluité des viãdes eſt encores recēte, elle doit eſtre corrigée par euacuation : laquelle ſe doit faire par vomiſſement, ſi la viande eſt encores aux parties ſuperieures, comme en l'eſtomac : ou bien par les inteſtins, la viande eſtant ia

Comment il faut corriger ſatieté.

descendue en bas. Semblablemēt la repletion congregée de longue main, doit estre ainsi euacuée : & seroit tresbon de la digerer nō par faim, ains plus tost par diete & abstinence. La satieté du soir auāt le dormir, est la pire & plus dangereuse, tant pource qu'elle remplist le cerueau de vapeurs, comme pource qu'elle ne se peut aisement vuider par vomissement. Et voila d'ou vient qu'il n'en eschappe guiere de ceux lesquelz quand ils sont empoisonnez dorment auant que vomir. Pareillemēt faut vuider par vomissement, ou bien par les intestins les aliments qui se corrompent en l'estomac. Et sur ce propos dit Celse, que la viande laquelle senaigrist ou putrefie dedens l'estomac (ce qui se cognoit par le goust des rots qui en procedent) telle viande doit estre incō-

tinent euacuée, & toſt apres l'eſtomac reſtauré par bonnes viandes, de bon ſuc, de facile digeſtiõ, & qui ne ſe corrõpent facilemẽt. Mais il la faut euacuer par vomiſſement qui ne ſoit violent, ains plus toſt leger & benin comme par boire vn bon trait ou deux de vin doux, ou de vin cuit vn peu auant le paſt. Ou bien la faut euacuer par le bas, ſi la viande corrõpue eſt ia deſcendue aux inteſtins. Et ſe volontairement, ſi faire ſe peut: ou artificiellement, ſi autrement ne ſe peut faire, au moyen de quelques choſes legeres comme clyſteres remollitifs. Ou en prenant par la bouche decoction de mercurialle, ou de la caſſe, mãne, aloës, hyere ſimple de Galien, myrobalans. Que ſont toutes choſes benignes, communes, & fort vſitées en noſtre temps.

Deux especes de repletiõ de humeurs.

Il y a en outre repletion d'humeurs, & celle est diuisée en deux especes. L'vne est quand les humeurs sont de bonne qualité & temperament louable, & qu'elles defaillent seulemét pour estre en trop grand' quantité. Et telle repletion est appellée par vn terme tiré du grec plethore. L'autre est quand les humeurs sont de qualité vicieuse, & celle est appellée cacochymie. Chacune de ces deux especes est derechef diuisée en deux autres differences, assauoir en celle qui remplist & fait enfler les vaisseaux, & en celle qui surmõte & appesantist les vertus qui regissent nostre corps, assauoir la vitale, l'animale, & la naturelle. Donques pour bié distinguer ces choses en bons & briefs termes, nous appellerons la redondance des bonnes humeurs, plethore

quant aux vaiſſeaux, & plethore quant à la vertu. Et ainſi dirõs de la cacochymie: car tout ce qui redonde au corps humain, doit eſtre reduit & cõparé à l'vn des deux, aſſauoir aux vaiſſeaux, ou à la vertu. Plethore donques n'eſt autre choſe qu'vne eſgale redondance d'humeurs bien proportionnées enſemble. Or nous appellons les humeurs bien proportionnées, quand en leur augmẽtation elles gardent la proportion naturelle qu'elles doiuent auoir enſemble: ou bien encores que l'vne excede ſa proportion, mais que ce ſoit biẽ peu. Car en plethore, le ſang peut eſtre fort augmenté, mais non les autres humeurs. Dont dit Galien en vn paſſage que plethore eſt quand le ſang eſt ſeul augmenté. Itẽ en autre lieu. Plethore (dit il) „ eſt repletiõ d'humeurs naturelles „ *Plethore.*

& vtiles. Par ces descriptions faut entendre que plethore contient abondance de sang, & bonté d'iceluy. Item est assauoir que tout ainsi qu'en nostre corps sont quatre humeurs differentes, aussi y a il quatre differences de plethore: assauoir la plethore rouge, quand il y a abondance de sang. La pasle ou iaunastre, quand la colere abonde. La blanche quand c'est le flegme: & la noire quãd c'est l'humeur melancolique. Mais si faut il qu'en chacune des trois dernieres, le sang excede. Car s'il n'y auoit abondance que de flegme, ou colere, ou bien de melancolie seulement, ce ne seroit à parler proprement plethore, ains plus tost cacochymie.

Quatre differẽces de plethore.

Mais assauoir-mon si en la proportion des humeurs il y a moins de colere que de melancolie?

S'il faut neceſſairement qu'en la nourriture des os y ayt la plus grand' part d'humeur melancolique(cõme a voulu Auicenne)certainemẽt en tout le corps ſe trouuera moins de colere, que de melancolie, pourautant qu'au corps humain ſont plus de deux cens os, & en beaucoup plus grand' quantité que ne montent les parties nourries de ſang bilieux & colerique. Et à ce n'empeſche point ce que dit Galien en vn paſſage, q̃ les os ſont nourris de la mouelle: Car ce paſſage ne ſentend pas de la vraye nourriture, pourautãt que l'os n'eſt fait d'autre choſe que d'vn ſang cõcreé & engroſſi. Or eſt il ainſi, meſme ſelon l'Ariſtote, que l'accroiſſement & generation en toutes choſes naturelles ſont faits d'vne meſme matiere. Aphrodiſée toutefois a eſté

d'opiniõ que nature a ainsi establi la proportion des humeurs, qu'en toutes les autres parties qui ne sõt os y a plus de sang, & puis luy succede le flegme, apres viẽt la colere qui tiẽt le tiers rãg, & qui y a moĩs que nulle des autres humeurs.

Cacochymie. Cacochymie selõ l'Etymologie & deriuatiõ de ce mot, signifie humeurs mauuaises & vicieuses. Or l'humeur est vicieuse qui ne peut de riẽ proufiter à nature : ou bien qui par sa mauuaise qualité offẽse nature. Et de ce vient que toute humeur excedant sa vraye quantité, encores qu'elle soit simple, & syncere est cacochymie, à cause q̃ toute humeur syncere (hors-mis le sang) est mauuaise. Et le sang n'est iamais trouué pur & syncere dedés les veines. Mais estant hors ses vaisseaux, il ne demeure iamais en son naturel. Parquoy Galien a

bien d'eſcrit la cacochymie, diſant que celuy eſt cacochyme qui a le corps plain de colere, ou de flegme, ou d'humeur ſereuſe, ou d'humeur melancolique. Or ceſte cacochymie eſt deteriorée quand la ſubſtance ou qualité de celle humeur eſt transformée en vne autre pire : comme quand la colere naturelle qui eſt de couleur flaue, ſe tranſmue en celle qu'on appelle vitelline pour auoir couleur d'vn roux d'œuf, & de là paſſe en la colere erugineuſe. Ceſte humeur cacochymique peut auſſi empirer par la mutatiõ des lieux: comme quand elle eſt tranſportée de l'eſtomac & des premieres veines, au foye, & aux grands vaiſſeaux. Il ſemble auſſi que Galien veuille reduire la redondance des qualitez à cacochymie.

Aſſauoir-mon ſi la repletion des

qualitez doit estre reduite aux especes de plethore.

Repletion des qualitez.

La question est fondée sur ce que le sang peut estre fait plus chaud ou plus froid: plus gros ou plus subtil qu'il ne doit, à raison de l'abondance du flegme, ou de la colere, ou de l'humeur melancolique qui sont meslées auec luy. Mais repletion de qualité est quand le sang est fait chaud ou froid, gros ou subtil, plus ou moins qu'il ne doit. Et quant à la quantité, ou il excede, s'il y en a par trop: ou il defaut, s'il est diminué.

La repletion que nous auõs appellée plethore procede de gros nourrissement, & d'oisiueté ensemble. Pareillement si le corps ayant bon suc, & sang louable, est mediocrement constipé, & resserré par les pores, il deuient en

peu de tẽps plethorique, & principalement quand par oysiueté ou paresse il mesprise l'exercice & trauail. Mais cacochymie procede aux vns d'vne mauuaise & deprauée raison de viure : comme quãd ils se nourrissent de mauuaises viandes, & qui engendrent mauuais suc. Aux autres, elle prouient de quelques corruptions, ou putrefactions qu'ils ont dedens leur corps. Il y en a d'autres qui sont de telle nature & cõplexion qu'ils congregent facilement & engendrent meschantes humeurs. Plus auons monstré cy dessus commẽt les humeurs soient chaudes ou froides sont souuent engendrées pour raison de la quãtité ou qualité de ce qu'on boit & mange: ou du trauail & repos du corps, ou bien des perturbations de l'esprit. Et pour le dire plus sommaire-

ment, cacochymie prouient de cauſe interne,ou externe. Les cauſes internes ſont les indiſpoſitions & mauuais temperamēts des parties interieures. Les cauſes externes ſont la quātité ou qualité des quatre cauſes ſalubres contenues en ces quatre paroles, *ſumēda, admouenda, facienda, educenda.* C'eſt à dire tout ce que deuons prēdre, appliquer, faire, ou vuider hors noſtre corps.

Signes de repletion. Or l'vne & l'autre repletion eſt cognue par ſignes prins de la raiſon de l'eſſence, comme par la tenſion,ou peſanteur, ſoit que ladite repletion ſoit vniuerſellemēt de tout le corps, ou particuliere à quelque membre. La quantité & grandeur d'icelle, ſera manifeſtée par la grandeur & vehemence de ladite tēſion ou peſanteur: la qualité, ſera cognue par la precedente

maniere de viure, comme par la quantité & qualité des viandes desquelles on aura vsé par le passé, par le trauail ou oisiueté, par les sueurs & vrines qui seront precedées, par la couleur du corps, par la chaleur ou froideur d'iceluy, & aussi par les galles & pustules qui suruiennent. Tu cognoistras donq de combien l'vne & l'autre repletion est grande: ou par la couleur, ou par les accidents de l'humeur. La cognoissance prinse par la couleur, est tres-certaine moyennant que l'humeur ne se retire au profond & centre du corps: ou bien qu'elle ne sorte en dehors auec impetuosité par quelque accidét, comme pour raison de l'air ambient, ou de quelque passion d'esprit. Plus faut noter, que ceux qui viuent en oisiueté, font communement grand amas de flegme: &

ceux qui s'exercent fort, font amas de colere, ou bien de melancolie: de colere, en Esté, & de melancolie en Yuer. Et d'autant plus que le trauail est grand & assidu, d'autant plus celuy est enclin & apte à engēdrer humeurs adustes & melancoliques. L'exercice ou trauail qui se fait auec grandes sueurs, cause les excrements gros: & celuy qui se fait sans sueurs comme en l'Yuer, & aux froidures, les cause plus subtils & tenues.

Les accidents de plethore. De ceste plethore naissent plusieurs distillations & catarrhes, flux de sang, gouttes, esquinances, inflammatiōs des yeux qu'on appelle ophthalmies, inflammatiōs de poulmoms, pleuresis, & autres contenus souz le genre d'inflammation. Item de la repletion des vaisseaux prouiennent apertions & ruptures de veines, & suffoca-

tion de la chaleur naturelle. Telle repletion tombe souuét sur quelque partie, & cause tumeur contre nature. Et non seulement ce, mais aussi machine souuentefois apoplexies, & ruptions de veines. Item la repletion qui aggraue la vertu cheoit tost en putrefaction, & aucunefois tombe sur quelque partie auec grand' impetuosité, & là dessus fait tumeur contre nature, comme a esté dit de l'autre. Et comment qu'il en soit, il faut necessairemét que la qualité de telle repletion soit transmuée en vne pire, & que par succession de temps elle vienne à se corrompre & putrefier. Car toute humeur qui n'est regie par sa propre chaleur, necessairement tourne en putrefaction.

Les accidéts & symptomes suruenans aux cacochymes sont, a- *Les accidéts des cacochymes.*

uoir abondance de poux en la teſte, auoir ſcames, eſcailles, & crouſtes ſur le cuir, & leur tombe la ſuperfice du cuir, auquel s'arreſtét communement humeurs craſſes & terreſtres, d'ou procedent rongnes, galles, lepre, & ladrerie. Cacochymie guariſt toutes mordications & demengements, non toutefois de ſoy, mais bien par accident. Car quand ces humeurs ſalées iſſent du corps, elles entretiénent auec ſoy les autres humeurs acres & mordicants, ne plus ne moins que font les lauements abſterſifs. Toutefois ſi par leur grandes mordications elles eſtoiét exaſperées, il les faudroit incontinét euacuer par medicaments ayans vertu de moderer telle acrimonie. Parquoy pouuons cõclure, qu'en l'vne & l'autre repletion il eſt beſoing d'euacuer ſoudainemét ſoit
aux

aux perſonnes ſaines,ou malades.

Mais, aſſauoir ſi telle euacuation doit eſtre par phlebotomie, ou non?

En la repletion qui aggraue les vaiſſeaux,laquelle eſt auec ſoupçō de quelque grand' maladie future,on doit touſiours tirer de ſang, & ſans tarder:moyennāt que l'aage & la vertu le permettent. Semblablement quand l'homme eſt intemperant de ſa bouche : ou quād ladite repletion procede de ſang gros & melancolique, alors auſſi eſt le meilleur de proceder par phlebotomie,encores qu'il n'y ayt aucun ſoupçon de maladie future. Mais quād le perſonnage eſt temperant, & qu'il n'y a crainte de grand' maladie aduenir, alors vaut mieux proceder à la cure par choſes plus legeres : comme par longues frications, par bains, par

exercices, & par onctions resolutiues. Et quant à la repletion qui aggraue la vertu, il n'est tousiours besoing de tirer du sang. Car il se peut faire que au corpsreplet plusieurs cruditez soient accumulées: laquelle chose aduenant il seroit meilleur vser de frottements, & onctions declinant vn peu à chaleur: Ité faudroit vser d'apozemes & iuillets qui eussent vertu d'inciser les grosses humeurs, sans toutefois beaucoup eschauffer.

Pour corriger la repletion.

La vraye plethore doit estre corrigée & reduite à sa mediocrité par saignée, par se baigner souuét, par exercice, par frottements, par medicamēts resolutifs, & par diete: & aucunefois aussi sans saignée. Car elle est souuent reduite à son naturel par frications, par bains, ou par abstinēce continuées trois ou quatre iours. Et pour mieux

dire, la ſeule faim eſt ſuffiſante aux vns, & la diete ou abſtinence aux autres. Item aux vns ſuffira vn flux de ventre ou purgation, ou bien frequentation de bains : & aux autres le ſeul exercice, ou la multitude de frications, principalement quand il n'y a point d'apparence de maladie prochainement future requerãt ſubit remede. Car la meſme methode & maniere de guerir eſt requiſe aux maladies aduenir, qu'aux preſentes. Par ainſi pour bien guerir vn plethorique, il faut bien diſtinguer quelle eſpece de plenitude c'eſt: & faut diligẽment eſplucher l'habitude, & l'aage du plethorique: auſſi faut il la ſaiſon, la ſituation de ſa region, & la diſpoſition du temps, & tout ce qui a precedé, & en general tous les accidens qui affligent l'hõme plethorique.

Car la ſaignée n'eſt pas eſgallement conuenables à tous plethoriques. Elle eſt toutefois fort louable quand il y a abondance de ſang melancolique, & auſſi quand il y a abondance de ſang colerique, comme aux fieures cõtinues & ardantes. Aliabbas & autres louent ſemblablement la ſaignée en l'abondance de ſang flegmatique, comme en toute paralyſie. Galien commande auſſi que l'on tire du ſang à ceux qui tombent facilement au mal caduque, ou en apoplexie. Lui meſme quand il y a abondance de cruditez, apres auoir tiré vn peu de ſang il leur fait prendre iuillets pour attenuer & digerer les humeurs, puis alternatiuement vne fois ou deux il retourne à la ſaignée, & aux digeſtifs. Mais faut noter qu'apres la ſaignée, il eſt grandement dom-

mageable de faire abſtinence ou diete. Parquoy en cecy pluſieurs faillent bien lourdement, comme ces empiriques & refondeurs, leſquels quand ils veulent guerir de la groſſe verolle, ils tirent du ſang en grand' quantité, puis les purgent auec medicaments violents, & finalement apres tout ce, leur font faire diete fort eſtroite auec decoction de guaiat, ou de la racine d'apios.

Aſſauoir-mon ſi la plethore dóne indication de la ſaignée?

La vraye indication d'vne maladie eſt prinſe de la cauſe, principalement quand la cure eſt compliquée. Parquoy la plethore donne indication de la ſaignée quand elle eſt cauſe de la maladie. D'auantage la plethore eſt curée par ſaignée, & toute cure eſt faite par indication. Ioint que toute

Les indications de phlebotomie.

phlebotomie eſt inſtituée pour l'vne de deux cauſes, aſſauoir ou pour l'abondãce du ſang, ou pour la vehemence de la maladie. Finalement Galien ſe mocquoit des medecins qui ne prenoiẽt aucune indication pour euacuer de la plethore. Luy meſme reprend Menedotus, non pour auoir dit q̃ la plethore donne indication de la ſaignée (cõme penſe Puteanus) ains plus toſt pour ne vouloir conceder ny admettre la ſaignée ſinon ſeulement quand la plethore ſe trouuoit auec grand amas d'accidents, ou auec pluſieurs ſignes cõcurrents de repletion : veu que la ſaignée ſe treuue ſouuẽt bonne & ſalubre non ſeulement quand il n'y a point de telz accidents, ou ſignes de repletion : mais auſſi és diſpoſitions contraires: cõme à vn flux de ſang, on ſaigne pour faire

reuulſion, & tirer en la partie oppoſite. On tire en outre du ſang pour la grandeur & vehemēce de la maladie. Et c'eſt le premier & le plus propre ſcope qu'on doit cōſiderer en toute ſaignée: lequel ſcope eſt cōfirmé & augmenté par le ſuſdit amas d'accidents, demōſtrãs l'vne & l'autre plenitude. La vertu auſſi donne meſme indication, moyennant toutefois qu'elle n'empeſche ny contrarie point au premier ſcope. Et alors elle ſera le ſecond ſcope que deuons conſiderer en toute phlebotomie.

De la cure de cacochymie.

L'indiſpoſition nōmée du grec cacochymie (laquelle a eſté cy deſſus declarée) doit eſtre corrigée non par ſaignée, ains plus toſt par purgation appropriée à l'humeur redondante. Si l'humeur eſt ,, peccante en qualité (dit Galien) il ,, la faut euacuer par purgatiō. Car ,,

purgation n'eſt autre choſe que euacuation des humeurs qui par leur mauuaiſe qualité moleſtent nature. Et combiẽ qu'aucunefois la purgatiõ ſupplie à l'office de la ſaignée, comme en ceux qui pour raiſon de leur bas aage, ou pour auoir les vertus debiles ne peuuẽt endurer la ſaignée, leſquelz ſelon Galien il faut purger mediocrement : ſi eſt-ce toutefois que le contraire n'a point de lieu. C'eſt à dire que methodiquemẽt la ſaignée ne peut ſupplier à l'office de la purge. Car par la ſaignée toutes humeurs bonnes & mauuaiſes ſont euacuées. Mais il eſt ainſi que d'euacuer les bonnes humeurs,&non pas celles qui aggrauent nature, cela eſt de nul prouſit, & de grand ennuy. Parquoy pouuons conclure que la ſaignée eſt mal conuenable aux cacochy-

mes, ſinon quand telle indiſpoſition eſt conioincte auec la repletion que nous auõs nommée plethore. Et nonobſtant ce, encores faut il noter, que toute cacochymie conioincte auec abondance de ſang, ne requiert la ſaignée. Car pendant que les humeurs chaudes, acres, & ſubtiles ſont meſlées dedens les veines auec le ſang, leur malignité demeure cachée, eſtant vaincue & bridée par la bonté du ſang.

Les anciens vſoient de medicaments violents & malings, quand ils vouloient curer ceſte malignité d'humeurs que nous appellons cacochymie, aux perſonnes ſains: comme pour curer la cacochymie bilieuſe, ils vſoient de ſcammonée: pour la flegmatique, ils vſoient de coloquinte: & de l'hellebore, pour la melancolique. Et

ſuiuant ceſte maniere de faire, Carneades voulant eſcrire contre les arrets & canons de Zeno, ſe purgea premierement auec ellebore blanc, de peur que des humeurs corrompues en l'eſtomac, ne s'eſleuaſſent au cerueau (qui eſt le domicile & ſiege de la raiſon, & iugement) des vapeurs qui troublaſſent la vigueur de l'eſprit. Mais il vaudroit beaucoup mieux s'abſtenir de telz medicamẽts, qui ſont malings de toute leur ſubſtance, & enuieilliſſent le corps (comme apres Meſué a doctemẽt eſcrit en pluſieurs paſſages de ſes œuures Meſſire Symphoriẽ Chãpier medecin treſ-docte, & grand hyſtorien) ſinon qu'il en fuſt aucunefois neceſſité aux grãdes maladies : encores alors les faudroit il diligemment corriger. Et nonobſtant tout celà, ſe faut bien gar-

der d'en vser temerairement, mais auec grand' crainte, & grand' prudence. Et quant à moy ie ne saurois trouuer bon d'vser de telz medicaments ainsi mistionnez auec nostre aliment, comme est le vin de l'ellebore duquel fait mention Dioscoride, & autres qui ont escrit de l'agriculture. Car ou ils corrompent & infectent par leur qualité veneneuse les viandes qui sont en l'estomac, ou bien ils les poussent hors auant qu'elles soient digestes. Dont ie ne me puis assez esmerueiller comment Aëce ose enseigner la maniere de faire telles meslanges, de ces medicaments auec la viande : comme la scammonnée auec les viandes solides, & non pas auec les liquides : & l'expression de l'ellebore, auec les aliments liquides comme sont bouillons, & non

pas auec les ſolides. Et de toutes ces miſtions il vſe aux purgations de toutes perſonnes, meſme des ieunes, & des vieils. Et combiem qu'en la curation des maladies, il ſoit aucunefois fort bon de meſler des medicaments auec la viande du patient, ſuiuant la ſentence d'Hippocras : toutefois à mon aduis, cela n'eſt fort conuenable aux ſains, ſinon que ce ſoit quelque petite meſlange des choſes remolliſſans le ventre. Galien auſſi loue les aliments medicamenteux, comme les meilleurs & plus ſalubres.

Les medicaments ſimples qui purgẽt la colere.

Entre les medicaments ſimples qui purgent benignement la colere ſont, la caſſe, la manne, les ſebeſtes, les tamarindes, les myrabolans citrins, la rheubarbe, les ſucs des roſes, de fumeterre, & de violes, le laict clair autrement petit

laict, & les muſcillages de la ſemẽce de pſyllium, autrement nommée l'herbe à puces.

Les compoſez purgeans la meſme humeur ſont le diammãna de Meſué, le diaprunis ſimple ſans ſcammonée ſelon la deſcriptiõ de Nicolas. Le diacaſſia, le ſyrop de cicorée auec rheubarbe, le ſyrop roſat laxatif, le ſyrop de myrabolans citrins, la confection de pſyllion laquelle eſt compoſée en la maniere que ſenſuit. Prenez conſerue de violes trois onces, muſcillages de ſemence de pſyllion vne once, mouelle de caſſe recentemẽt extraite vne once: meſlez le tout enſemble. *Les cõpoſitiõs purgeans la colere.*

Les ſimples purgeans l'humeur melancolique ſont l'houblon, la fumeterre, le capilli veneris, la bourrage, la bugloſe, la ſoulcie, la feuille & racine de polypode, le *Les ſimples purgeans l'humeur melãcolique.*

Les cōpositions. ſené de leuant, l'epithime. Les cõpoſez, ſont le grand ſyrop de fumeterre, la decoction d'epithime, le diaſebeſten non diacredié, le diacatholicon, le diaſené, noſtre ſyrop de filicula, la poudre de ſené preparée.

Les ſimples purgeans le flegme. Les ſimples purgeans le flegme, ſont la terebinthine, le ſaffran ſauuage, autrement nommé carthamum, l'agaric, le turbith, l'eſcorce de la racine des cocombres ſauuages, les myrabolans cepules.

Les compoſez purgeans le flegme. Les medicaments compoſez à ce meſme ſont, le miel roſat ſelon la deſcription d'Aëce, noſtre ſyrop d'agaric, le ſyrop du turbith de Raſis, la poudre de turbith ſelon Auicenne. Ou en ceſte maniere, Prenez cinq dragmes de ſemence de carthami fort piſtées, & les detrempez en vn bouillon de chappon, ou en ptiſane, & le cou-

lez, puis le faites boire à cœur iun. Autrement: Prenez vne once de mouelle de ſemence de carthami, & la piſtez auec amandes, anis & figues, & prenez cela en pilules ou en bolus. A ce meſme ſont bonnes les pilules d'Aſſaieret auec agaric, ou biẽ pilules de maſtic, ou de hiere auec agaric, & les alefaugines.

Les medicaments qui purgent les eaus & humeurs ſereuſes, comme aux hydropiques, ſont le ſyrop roſat de neuf infuſiõs, le ſyrop de fleurs de peſchier prĩs auec decoction de raiſins & d'vne herbe nommée des Latins braſſica marina. Le ſyrop fait du ius des feuilles de ſus, & hyebles. *Les medicaments qui purgẽt les eaus.*

Les medicaments qui clarifient le ſang, ſont la decoction de capilli veneris, la decoction de fumeterre, le ius des pourreaux à groſſe *Les medicaments purgeans le ſang.*

teste, & la mercuise qu'aucuns nomment vignolaine.

Les simples mouuans & laschās le ventre, sont l'aloë, & ladite mercuise.

De l'exercice & oisiueté, & de leurs differences: là ou seront expliquées les especes, & l'vsage des frications, aussi le regime de ceux qui font voyages, soit par mer, ou par terre. Pareillement des deux differences de laßitudes. CHAP. V.

De l'exercice.



OVS mouuements ne sont pas exercice, mais seulement le mouuement volontaire qui est vn peu vehement. Et la fin & termination de la vehemence est le changemēt d'alaine: de maniere que Galien tient ceux

là en nombre des oiſifs leſquelz pour tout exercice ont ſeulement en vſage des licts branlans, & le promener. Les differences d'exercice ſont prinſes du mouuement, de la cauſe efficiente, & du lieu ou ſe fait l'exercice. L'exercice prins du mouuement eſt ſoudain ou tardif, robuſte ou debile: vehement ou leger. D'auãtage le mouuement d'iceluy eſt continuel, ou interrõpu & ſyncopé. S'il eſt continuel, ou il eſt egal, c'eſtadire vni & bien proportionné, ou inegal. S'il eſt ſyncopé, ou celà ſe fait par certaine meſure & ordre decent, ou bien ſans aucun ordre. L'egal n'eſt ainſi appellé pour dire qu'en iceluy toutes les parties ſe mouuent egalement, ou qu'elles ceſſent toutes enſemble: mais par ce qu'aucunes parties viennent à ſe mouuoir les vnes apres les autres

Diuiſion d'exercice.

par grand' equalité, iuſtice, & decente proportion. Et ſemblablement ceſſent leurs mouuements les vnes apres les autres, en ſorte & maniere que les mouuantes ne ſe laſſent par trop, & celles qui ceſſent, ne ſoient totalement oiſeuſes. Parquoy Galien en ſon liuret qu'il a fait du ieu de la paulme, blaſme tous exercices qui mouuent le corps inegalement, & ſans proportion. Les differences de l'exercice ſont prinſes de leur cauſe efficiente, pourtãt que les mouuements procedent ou de tout le corps, ou des parties, ou de quelque cauſe externe. Des mouuemẽts procedãs de tout le corps ſont, comme les combats qui ſe font entre ceux qui ſont armez, la luitte qui ſe fait à outrance, le cõbat que faiſoiẽt les anciẽs à coups de poing auec gros gãds doubles,

& generalemẽt tous mouuemẽts qui ſe font au ieu d'eſpée, au ieu de la balle, du ballon, de la paume à vent, & de toutes autres. Tous ieux d'eſcrime, ont mouuements propres aux bras & mains: auſſi ont les luittes qui ſe faiſoient anciennement de l'extremité des mains, & du bout des doigts, ſans s'empoigner, ny acrocher. Semblablement ſe laſſent les bras & mains à getter le pallet, ou à porter cõtrepoix aux mains, comme boules de plomb que portoiẽt les anciens pour mieux ſauter. Pareillement celuy qui ſe courbe, & ſe redreſſe continuellement, s'exerce fort le rable, & toute l'eſpine du dos. Item, la poitrine & les poulmons ſont exercez par fortes reſpirations, & grands criements. Le marcher, le courir, & la danſe exercent fort les iambes.

La danſe exprime par geſtes & certaines meſures ce que lon chãte:& d'icelle anciennemẽt on faiſoit trois differences ou eſpeces. L'vne eſtoit tranquille, laquelle ſe faiſoit auec vn mouuement honneſte, bien poſé, & de bonne meſure. L'autre eſtoit à la ruſtique, aſſez ridicule & de mauuaiſe grace, & d'icelle on vſoit aux comœdies:& la tierce eſtoit militaire, de laquelle on vſoit aux tragœdies.

Des differences de danſe.

Tous mouuements volontaires faits auec vehemence & viſteſſe, ſont propres aux nerfs, & aux muſcles, combien qu'ils exercent auſſi par accident les arteres, auec leſquelles les os, les veines, la chair, les ligaments, & les autres parties ſe mouuent enſemble. Les mouuements de cauſe externe ſont, comme de ſe faire porter à cheual, en chariots, en

littieres, en batteaux & nauires, & toute autre maniere que ce ſoit. Les differences d'exercice prinſes du lieu & place ou il ſe fait, ſont, comme de s'exercer ſous vn couuert, ou à deſcouuert, ou bien moitié l'vn, moitié l'autre : Item s'exercer en lieu chaud, ou froid, ou temperé: en lieu ſec, ou humide, ou moyen entre les deux.

Outreplus tout mouuement eſt calefactif, c'eſtadire qu'on acquiert chaleur par mouuement quel qu'il ſoit. Et premierement qu'ainſi ſoit le mouuement local (qui eſt d'vn lieu en autre) eſt calefactif, ou par ce qu'il ameine la choſe eſchauffante, cõme le mouuemẽt du ciel, q ameine les aſtres & planettes ſur noſtre hemiſphere, qui ont vertu de nous eſchauffer : ou par attrition & cõfrication d'vne partie à l'autre : ou par di- *Tout mouuement eſt calefactif.*

uiſion ſoudainement faite. L'exercice & trauail eſchauffe en ces dernieres manieres, non toutefois de ſoy, comme aucuns doctes ont eſtimé: il refrigere auſſi & deſſeiche par accident, quand il vient à reſoudre & diſſiper l'humidité & chaleur naturelle par ſa violence & exces. L'exercice apporte trois ſingulieres commoditez à noſtre corps. Car premierement par celle attrition & frottement d'vne partie contre l'autre, il rend les membres plus durs, plus forts & robuſtes: il augmente la chaleur naturelle, & eſueille auec grãd' emotiõ tous les eſprits. Par la dureté & force des mẽbres, ils en ſont plus patiẽs au labeur & trauail, & en font mieux leur office. De l'augmẽtatiõ de la chaleur naturelle, il ſ'enſuit meilleure & plus forte attraction de l'aliment

Les commoditez d'exercice.

neceſſaire à la partie, meilleure digeſtion, & par conſequent, meilleure nourriture, auec vne fuſion, ou relaxement de chacune partie : au moyen de laquelle les parties ſolides ſe remoliſſent, l'humeur groſſe s'attenue, & les pores ſe rarefient d'auantage, & ſe font plus laxes & ouuerts. Et par la forte & ſubite eſmotion des eſprits, leſdits pores & autres conduits ſont neceſſairement purgez, & par iceux les excremẽts expulſez, & le tout ſans colliquation, ny diſſolution de la partie carneuſe, & ſans attenuation des parties ſolides : leſquelles incommoditez ſuccedẽt volontiers à la diete, & aux medecines laxatiues. Parquoy s'il eſt de beſoing de colliger les differences de l'exercice par ſes cõmoditez, vous en trouuerez deux principales : l'vne qui ſert

d'amoindrir & diminuer les excrements,& l'autre à la bonne habitude & disposition du corps. L'exercice violent & subit amoindrist & diminue le corps : car le mouuement subit augmentãt par trop la chaleur naturelle, vient à fondre & extenuer le corps. L'exercice lent & tardif, rend le corps gros & espais. Le frequent,le desseiche. Le mediocre, l'égraisse.Le fort, rend les nerfs & les muscles plus robustes. L'exercice subit, fort, & fascheux, desseiche & amaigrist. L'exercice debile, lent, & leger augmente la substance carneuse, & rarefie le cuir. L'exercice inesgal, trauaille & lasse fort, & pour ceste raison le courir est insalubre. Et le promener doucement en plaine n'est guere pl⁹ proufitable.Il seroit beaucoup meilleur & plus proufitable de

De l'exercice violẽt.

mõter & deſcẽdre,par ce qu'ainſi il meuſt le corps en plus de diuerſitez:ſinon que la montée fut fort petite. Sur ce propos demandant Ariſtote en ſes problemes, d'ou procede que communemẽt nous nous laſſons pluſtoſt de courir en lieu plain & eſgal, qu'en lieu ineſgal & boſſu:pour raiſon de ce,il reſpond qu'il y a moins de peine, & moins de trauail quand on ne ſe mouue aſsiduement d'vne façon. Car entre deux mouuemẽts contraires ſuruiẽt quelque repos qui ſoulage la perſonne. Plato rẽuoye les gens de grand' eſtude qui vaquent diligemment à chercher les arts & bonnes diſciplines, à l'exercice qui ſe fait aux lieux publiques : duquel il fait deux eſpeces, à ſauoir les danſes & la luitte,par ce que l'vn & l'autre attire le ſang & les eſprits à l[a]

ſuperfice du corps, leſquels par l'eſtude & trauail d'eſprit s'eſtoiét retirez au centre & profond.

Des dāſes. Les danſes ſont vtiles, car outre ce qu'elles delectent l'eſprit, elles rendent auſſi le corps agile, diſpos, & plus robuſte, & (comme dit Lucian) augmentent les forces. Plato en ſon Timée defend de n'exercer l'eſprit ſans le corps, ny le corps ſans l'eſprit. Et de fait Galien ſuiuant ceſte opinion dit ce labeur eſtre treſ-vtile, qui non ſeulemét exerce le corps, mais qui peult auſſi par meſme moyen delecter & reſiouir l'eſprit, principalement ſi c'eſt exercice qui puiſſe mouuoir egallement tout le corps, & qui ſe puiſſe auſſi eſleuer en ſupreme vehemence, & s'abaiſſer en treſpetit mouuement, ce qui ſe trouue au ieu de la petite paume: car en ce-

luy vous pouuez faire trauail de telle force & violence cõme voudrez : & au contraire tant lentement comme il vous plaira. En cest ordre on peult mettre la chasse, la volerie, & la danse aussi, laquelle a esté estimée des anciens non seulemẽt tresvtile, mais aussi treshonneste. De maniere que selõ Philostratus, Hiarchus, & Brachmanæ, qui estoient estimez des plus sages, les Indes auoient de coustume de saluer le Soleil en dãsant. Ne lisons nous pas ainsi au secõd liure des Rois, cõment le bõ Prophete royal Dauid a dansé & sauté en l'hõneur du grand Dieu viuant. Mais l'exercice de la luite n'est pas si conuenable, ny si decẽt : en celuy la chair aquiert chaleur, durté, & accroissement par attrition & frottement d'vne partie contre l'autre. Et ceux qui tra- *De luite.*

uaillent à luitter, dit Galien, deuiennent gros & membrus, de maniere que plusieurs à grād' peine peuuēt respirer: dont on pourroit estimer l'habitude des champions & luiteurs estre bonne. Le

Du cheuaucher.

cheuaucher est vn mouuement composé de cause interne & externe: auquel non seulement la veuë, & le col, mais aussi l'espine du dos, les cuisses & iambes trauaillent: & entierement tout le corps & entrailles sont agitées. Le cheuaucher trop viste comme font postes & autres coureurs, est fort nuisible à la veuë. Le cheuaucher continuellement nuit aux iointures, & aux pieds, & si rend l'homme inepte aux actes de mariage. Mais le cheuaucher doux & suaue, rend l'homme exempt de tous ces maux. Aëce dit que cestui exercice par sus tous autres

cõforte l'eſprit, nettoyant les ſens, & les rendant plus acres & vigoureux que nul autre. Et dit d'auantage que ſe faire porter en vne litiere ou en chariot, trouble plus les humeurs, que ne fait l'aller à cheual: auſſi fait bien de ſe faire porter ſus le col, mais toutefois moins beaucoup, ſi celuy que lon porte eſt tourné ſans deuant derriere. C'eſt à dire qu'il aye la face tournée au contraire de ſon chemin. L'an de grace 1544, nous dõnaſmes le cõſeil de faire ainſi porter depuis le chaſteau de Fontainebelleau, iuſques au bois de Vinceyne, monſieur le Duc de Bretaigne lors aagé de ſix mois ou enuiron, dormant en ſon berceau qui eſtoit au giron de ſa nourrice. La nauigation par ſon mouuement vacillant, trouble & eſmeut le corps, & ce neantmoins elle eſt v- *De la nauigation.*

tile aux ſains, tant par ce qu'elle les purge par vomiſſements, comme par ce qu'elle donne pluſieurs grandes paſſions d'eſprit, aſſauoir de crainte, & d'eſpoir, d'angoiſſe & de ioye : leſquelles paſſiõs meſlées enſemble peuuent deſchaſſer hors le corps toute maladie inueterée, aumoins ſelon l'opinion d'Aëce. Et (comme dit Pline à ce propos) on ne quiert pas d'aller en Egypte, pour le bien ou plaiſir que lon y puiſſe trouuer, ains pour raiſon de la nauigation.

Aſſauoir-mon s'il eſt bon d'exercer les parties debiles?

Galien defend l'exercice des parties debiles ſeulement aux vieilles gens : mais d'autant qu'vne perſonne eſt plus eſlógné de la vieilleſſe: il doit d'autant plus exercer la partie debile. L'exercice fait à l'air hors du couuert, eſt pl⁹ prou-

fitable que celuy qui eſt fait ſous le couuert: &, pour dire en general,noſtre corps eſt diſpoſé ſelõ le temperamẽt & proprieté du lieu auquel nous nous exerçons, aumoins ſi ſa qualité eſt ſi vehemẽte qu'il la puiſſe imprimer audit corps, & le muer en ſa complexiõ. L'exercice fait en lieux aſpres, durs,& reſiſtens,laſſe les muſcles, & nerfs. Et celuy qui ſe fait en lieux mols & obeïſſans, trauaille les iointutes: & celuy qui ſe fait en petits couſtaux,laſſe le rable,& les reins. Celuy qui ſe fait en petites valées, laſſe les cuiſſes auec douleur. Le temps propre à faire exercice & le plus commode, eſt quand la digeſtion eſt parfaite en l'eſtomac,& aux veines, & cela ſe doit congnoiſtre à l'vrine. Et quicõque fera ſon exercice pl⁹toſt ou plus tard, il ſe rẽplira de cruditez,

Du temps qu'il ſe faut exercer.

ou il augmentera l'humeur colerique. L'exercice doit preceder la refection, à fin que par ce labeur le corps se purge d'vne infinité d'excrements : car tant plus tu nourriras le corps qui n'est pur ny net, & plus tu l'offenseras : ioint que tout mouuement est pernicieux apres la refection, à cause que par le trauail, la viande sort de l'estomac auant qu'elle soit digeree, dont se fait grand amas de cruditez dedãs les veines, dequoy procedent toutes sortes de maladies. Il fait aussi pesanteur au foye ou tension, ou bien tous les deux: & si rẽplist le cerueau de vapeurs.

Le moyen de s'exercer. Le moyen d'vser de tous ces exercices est en ceste maniere. Le matin apres auoir suffisãmẽt dormi, il se faut leuer, & puis se promener doucemẽt, à fin que les excremẽts de la premiere digestion tom-

tombent aux inteſtins, & ceux de la ſeconde tombent en la veſcie. Et apres auoir expulſé telz excrements, & craché en touſſant tout ce qui peut eſtre au goſier, & en la poitrine : il ſera fort proufitable de ſe lauer les mains, la face, les yeux,& les dēts auec eau fraiſche, & de ſe pigner longuement, frottant le chef auec vn couurechef ou frottouer bien ſec, aux fins de faire exhaller & diſſiper les vapeurs.

En apres il faut vſer d'vne frication preparatoire, & incontinent apres ſexercer,mais lentement au commencement. Car le mouuement naturel des animaux n'eſt pas vniforme,ains au commencemēt plus lent, au milieu plus fort, & ſur la fin plus languide. Or il faut trauailler iuſques à ce que le corps commēce de ſenfler, & que

De frication preparatoire.

la couleur apparoiſſe vermeille: auſſi que le mouuement ſe fait promptement, dextrement & eſgallement: & qu'il apparoiſſe vne ſueur meſlée auec vapeur chaude. Incontinent que telz ſignes, ou l'vn d'iceux ſeront apparents, il conuiẽdra mettre fin à l'exercice, & ſoudainement ſe faire frotter, & ſeicher. Car cela eſt la fin, & derniere partie de tout exercice bien & dextrement prins: laquelle frication non ſeulement preſerue le corps de toute laſſitude qui pourroit aduenir, mais purge & nettoye le reſidu des excrements. Et pour certain on voit ſouuent couler la ſueur par dehors, à ceux qui ſexercẽt: & par dedẽs vers le ventre coulẽt pluſieurs autres excrements qui reſſemblẽt à greſſe fondue. Dont Galiẽ veut inferer que pluſieurs excrements reſtent de-

dens noſtre corps, leſquelz veulẽt eſtre euacuez. Et pour ceſte cauſe il commande telz frottements à la fin de l'exercice, & le bain auſſi, par ce qu'il vient à remollir & relaxer la durté & tenſion qui pourroit eſtre en la chair : & attrait les excrements putrides du cẽtre & profond du corps à la ſuperfice, ſi aucun en y a. Mais en ceſtuy noſtre temps chacun ſeſtime par trop occupé pour vaquer & ſatisfaire à tant d'affaires. Parquoy feu de bonne memoire Meſſire Sebaſtien de Monteux Medecin & Philoſophe excellent mon pere, lequel a veſcu apres cent ans ne ſe faiſoit iamais frotter, ſinon eſtant ſurprins de laſſitude.

On donne au commencement de l'exercice vne fricatiõ que l'on appelle preparatoire, pour remollir & radoucir les parties ſolides, *Les cõmoditez de la frication preparatoire.*

pour resoudre les humeurs & relaxer les pores : laquelle frication doit estre administrée en la maniere que s'ensuit: Premierement auec vn linge enuironné autour de vostre main vous frotterez tout le corps, iusques à ce qu'il vienne à s'eschauffer : puis soudainement apres vous le frotterez doucemẽt auec les paumes de la main nues, & oingtes d'huile, iusques à ce qu'il soit abondamment eschauffé, & ce toutefois auec peu de tournoyements, & legers : car la petite frication est moyẽne entre la molle & la dure. Mais la frication qui se fait à la fin de l'exercice,(laquelle pourrions appeller auec les Grecs apotherapique)doit estre plꝰ soudaine auec tournoyements doux & mollets, & abondance d'huile aux fins de relaxer les tensions, & de remollir les las-

Comment il faut administrer la fri catiõ preparatoire.

ſitudes, & de faire euaporer les ſordicies & vilannies qui ſont encores és pores.

Quant aux autres eſpeces de frications, faut entendre que la frication dure, lie, aſſemble & eſpaiſſiſt le corps : la molle le laſche & reſoud: le beaucoup frotter l'extenue & amoindriſt : le peu frotter fait le contraire: la frication moyēne entre beaucoup & peu, a vertu d'accroiſtre & augmēter la chair. Dont il eſt apparent, de combien la frication eſt vallable à reſoudre & reſtraindre . C'eſt à dire à endurcir, remplir & diminuer. Et pource Aegineta dōne conſeil de frotter fort & durement les parties fort reſolues & laſches: & de frotter mollement les parties dures & reſtraintes. Et ſi le corps tiēt le moyen entre dur & mol, il ne le faut frotter, ny durement, ny

mollemét. La frication faite auec huile doux, & encores plus la ſeiche oſte les laſſitudes, & remolliſt le corps,& bouchant les pores enferme la ſubſtance qui doit ſortir de nous, ſans reſoudre ny deſſeicher. Item la frication faite auec huile eſt egale,& la ſeiche eſt inegale. La frication faite auec huile & eau meſlée enſemble, eſt prouſitable aux corps ſecs & craſſeux. Car à raiſon de l'huile,l'eau eſt adherante plus longuement,& ſi remollit & empeſche que la chaleur ne s'augmente fort. Il ſemble aduis que Hippocras veuille donner à entendre en quelque paſſage qu'il ſoit totalemét aliené de raiſon, & de l'autorité d'vn medecin, de ſe condeſcendre & humilier iuſques frotter luy meſme les gens. Et pource dit Aurelian. Le malade(dit il)doit eſtre releué par

la diligence des frotteurs. Laquelle chose ſemble eſtre dite contre aucuns medecins, leſquelz n'ont point de honte de faire l'office d'vn maiſtre d'exercice, d'vn frotteur, d'vn engraiſſeur, ou d'vn maquignon, moyennant qu'ils ayent argēt & grands proufits. Finalement quand le corps cōmencera à ſe laſſer de l'exercice, ou qu'il commencera à ſe reſoudre plus que de raiſon, alors il faut ceſſer: & toſt apres conuiendra manger & boire: & apres la refection, faudra derechef ſe repoſer iuſques à ce que la digeſtion ſoit faite en l'eſtomac & au foye. Car tel repos eſt moderé, & ſalubre. Mais tout autre repos eſt immoderé, & ſans raiſon ny meſure: & n'y a plus grand' peſte en la ſanté qu'iceluy, aumoins ſelon Galien. Car tout ainſi que la flāme eſt eſtainte par

De la fin de l'exercice.

L'exercice est necessaire à la santé.

la fumiere : aussi est la chaleur naturelle par oisiueté. Et si l'exercice ou trauail est delaissé, les excrements fuligineux croistront en plus grand' quantité que la chaleur naturelle, en maniere qu'ils viendront à l'esteindre & suffoquer. Et par-ainsi ce n'est de merueille si la vie sedentaire rend le ventre gras & gros, pour le grand amas de cruditez qui se fait : & rend le reste du corps gresle & extenué. Mais au contraire les mouuements, exercices, & frications (par lesquelz la chaleur naturelle est excitée, & plus gaye, & plus forte) amoindrissent le ventre, & engrossissēt toutes les autres parties du corps. Par-ainsi le trauail est proufitable à la substance carneuse, & aux iointures. Et par raison quasi semblable, la ratelle appetisse & decroist à ceux qui ont

le corps gros & floriſſant: mais au contraire elle croiſt & engroſſiſt à ceux qui amaigriſſent: dont il ſemble que Traian a bien & proprement comparé la ratelle à vne fiſcelle ou panier. D'auantage la vie ſedentaire rempliſt & engraiſſe ceux qui ſont de complexion fort chaude: & au contraire elle amaigriſt & extenue ceux qui ſont de complexion froide: & qui ſont plains d'excrements & cruditez, par ce que telles perſonnes ont beſoing de forte chaleur augmentée par exercice, pour digerer la viande, & conſommer les excrements.

Des viateurs & peregrins.

Les viateurs faiſans voyages doiuent fuir en Eſté les grands chaleurs, tant que faire ſe pourra, & marcher lentement à l'aiſe s'appuyans d'vn baſton (s'ils ſont de pied) qui eſt le tiers pied des vieil-

lards ſelon Heſiode. Or ils euiteront les ardeurs d'Eſté, s'ils couurẽt leurs corps d'vne robbe d'Eſté en maniere que le Soleil ne les puiſſe toucher: & s'ils couurẽt leur chef de quelque choſe legere, ou bien faiſant chappeaux de feuilles de myrthe, ou de vigne, ou d'vne herbe qu'on nomme en France herbe des Innocens, autremẽt polygone. Item vne rouelle de cocombre, ou de courdes appliquée & portée au front, rafraichiſt fort contre ces grandes ardeurs. Auſſi fait, ſelon Pline, de porter en chacune oreille vne plãte de pouliot. Le meilleur eſt de ſe mettre en chemin à cœur ieun. Et s'il ne ſe peut ainſi faire ſans ſe diſcommoder, il faudra peu manger: de peur que l'eſtomac eſtant eſchauffé par le trauail, ſoit de pied, ou de cheual, ne vienne à tirer, & cõſommer

l'humidité des membres: chose qu'on doit fuir tant qu'il est possible. Quand ce viendra au logis il sera expedient de se faire oindre la poitrine, & l'espine du dos auec huile violat, ou rosat, ou bien de nenuphar. La viande d'Esté doit estre plus tost humide, que solide ny seiche: & de bonne digestion, & prinse en petite quantité. Item en Esté faut boire moderément, & faut se reposer quelque temps apres disner auãt que se remettre en chemin. Contre la soif en chemin, il est bon de boire souuẽt en vne bouteille à petit pertuis, vn bien peu chacune fois, de quelque petit vin blanc, ou clairet: ou bien de se rafraichir la bouche auec vn peu d'oxycrat. Aussi de tenir en sa bouche vn peu de quelque bõne reguelisse qui ne soit point amere: ou du crystal: ou vne pierre

Cõtre l'alteration.

de coq. Pareillemét quelque prune, ou ſeriſe ſeiche, ou bien vne des petites formules que s'enſuiuent, ſous la langue. Prenez ſemẽce de pourchailles & citrons pilées, de chacune vne once, gomme de tragachant deux onces, le tout incorporé enſemble ferez des petites formules auec muſcillages de ſemence de coings, & le blanc d'vn œuf. Autrement. Prenez cõſerue d'ozeille trois onces, conſerue de violes vne once, ius de regueliſſe tout pur, le poix d'vne dragme, ſuccre candi vne once, de tout cecy enſemble ferez compoſition, de laquelle tiendrez vn petit morceau en voſtre bouche.

Mais ſi ledit viateur eſt ià ſaiſi & ſurprins de l'ardeur du Soleil, il eſt expediẽt de le coucher en lieu frais qui ſoit expoſé aux vents : & de luy arrouſer ſouuent la face, les

mains,& les iambes auec eau froide.Et encores qu'il aye grãd' soif, si se faut il bien garder de luy dõner si tost à boire eau froide, ains seulemét auec icelle se lauera souuét la bouche, se gargarisant, toutefois en pourra tousiours aualler quelque peu par interualles. Ainsi faut refrener la soif. Car l'eau froide est trespernicieuse à celuy qui sue de trauail,dont disoit Dioscoride, que boire largement d'eau froide,ou de vin pur, apres le baĩ, ou apres auoir bien couru,ou bien apres quelque autre exercice violent,donne des suffocatiõs & douleurs grandes:mais la saignée, ou la purge preseruent de telz perils imminents.

En Yuer auant que se mettre en chemin pour voyager soit à pied ou à cheual, il sera bon & tresutile de se purger.Autremét suruien-

Regime pour ceux qui voyagent en Yuer.

dront vlceres ou autres grands maux, & espouuentables. Secondement faut preuenir au froid, en s'armant contre, auant qu'il vienne, non seulement se couurant de bonnes robbes, ou se frottant auec huiles à ce conuenables, comme sont huiles de nard, d'iris, de cost auec poyure, pied d'Alexandre, ou castoreum. Mais aussi vsant de viandes d'Yuer, & beuuãt bien peu. Et ia sache que selon la doctrine d'Hippocras l'exercice doiue tousiours preceder le past. Toutefois selon l'Almansor & Auicéne, celuy qui voyage en temps de froidures, doit bien repaistre auãt que se mettre en chemin. Et croy qu'ils se fondent par ce que le froid touche & penetre mieux les personnes auant manger, que estans saouls. Et l'ardeur au cõtraire tourmente, & ard d'auãtage les

ſaouls & plains que les autres. Ioint qu'il eſt commun au vulgaire de deſieuner contre le mauuais air : ce que font ruſtiques & païſans auec du pain & des aulx, ou du beurre. Et ceux des villes qui ſont ciuils & delicats, auec vne rotie de pain trẽpée en bon vin, ou maluoiſie, ou en hippocras. Parquoy ſuiuãt l'opinion de ceux qui ont eſcrit de l'art militaire, les ſoldats & gẽs de guerre en Yuer doiuent repaiſtre le matin auant que ſe preſenter en bataille, à cauſe que la viande eſt vn ſouuerain remede contre le froid.

Celuy qui eſt deſia atteint & ſurpris des incõmoditez du froid, ſe doit coucher en lieu chaud & ſe faire oindre des huiles ſuſdits. Puis commenceant vn peu à ſ'eſchauffer, il luy faut fomenter la face, les pieds & mains auec eau

Remede pour celuy qui eſt atteint du froid.

chaude: & luy mettre en la bouche vn peu de noix muſcade, ou de gingembre tout ſeul: ou bien auec vn peu de bon vin. D'approcher le feu ſinon que ce ſoit peu à peu, endõmage merueilleuſemét
„ ceux qui ſont engelez. Car, comme dit Galien, ſi ceux qui par ve-
„ hemente & extreme froid, ſont
„ engelez approchent ſoudainemét du feu: ils receuront douleur indicible. Et pluſieurs d'iceux monſtrans ou approchans leurs mains du feu reçoiuent douleur extreme enuiron la racine des ongles: pourautant que le nerf veine, & artere, s'eſtendent iuſques là. Galien n'a point donné raiſon de celle douleur, mais toutefois Portius dit qu'il ny en a point d'autre que le froid meſme, lequel comme contraire à la chaleur s'efforceant contre, eſt ſoudainement pouſſé

& chaſſé

& chaſſé au dedens:dont de telle ſubite indiſpoſition, les parties ſont eſtraintes, de ſorte qu'il s'enſuit ſolution de continuité, & cōſequemment douleur. Ariſtote auſſi en ſes problemes attribue la cauſe de telle douleur à la ſoudaine mutation ſuiuant la doctrine d'Hippocras diſant ainſi. Toute ” ſoudaine mutatiō paſſant medio- ” crité, apporte douleur. Item les ” grandes mutations, dit il, faites ” en noſtre complexion ou habitude, engendrent les maladies. Ioint auſſi qu'il ſe treuue qu'aucuns eſtans morfondus par les grandes froidures s'approchants d'vn gros feu, non ſeulemēt ont ſentu grād' douleur, mais auſſi ſont tombez en ſyncope: pourautant que les eſprits eſtās attirez au dehors par la chaleur externe, & eſpars, ſe ſont reſouls & diſſipez. En Eſté il

ſ

eſt fort commode de cheuaucher vn cheual, mule, haquenée, ou traquenard: ou bié de ſe faire porter en chariot branſlant à la mode Frãçoiſe. Et en Yuer de mõtet vn bon trotier, ou d'aller en littiere.

Des nauigatiõs & nauigateurs.

Si ceux qui voyagent par mer viennét à vomir de crainte qu'ils ont de la marine, ils ne la doiuent regarder. Mais ſi le vomiſſement procede du brãſlement & vacillation de la nauire, au commencement il ne ſera facile, encores moins vtile de l'arreſter : car le plus ſouuent tel vomiſſement apporte grand proufit. Et apres cedit vomiſſement, leur faut donner quelque peu de bonnes viandes, comme ſont potages de pure farine de froment, panades, lentilles bouillies auec vn peu de pouliot. Item d'vne perdris, d'vn francolin, chappon, tourd, griue,

Comment il ſe faut gouuerner au vomiſſement ſur la marine.

tourterelle, pigeon, becquefigue, rosties au vin, auellanes rosties, coriandre preparee, ou du codignac. Contre le long & continuel vomissement, on donne viandes fort stiptiques, c'estadire qui reserrent & restraingnent fort, comme sont pommes, poires, coings, oranges, grenades, citrons, lymons, oranges confites, ou leurs syrops. Item le syrop de ribes, le syrop de berberis. Il est bon aussi de solliciter le ventre par suppositoires, & de se faire frotter les extremitez, & de faire ligatures douloureuses sur le ply des coudes ou enuiron, & sur les genoils. Et sur l'estomac faut appliquer ventouses seiches, & onctions auec choses odorantes & astringentes, comme sont huiles de mastic, de coing, de myrrhe meslez auec ambre iaune, ausquelz pourrez adiouster musc

fin, & ambre gris de chacun deux grains. Contre la puanteur des nauires on doit odorer pommes, pesches, coings, thym, pouliot, mente, baselic, qui sont toutes choses faciles à trouuer. Ité on doit tenir en la main fleurs de bonne senteur. Atheneus c'est fort trauaillé à monstrer les raisons comment se peult faire que les bonnes odeurs nous puissent donner plaisir. Et quant aux remedes plus difficiles & plus exquis, vous auez vn trochisque fait d'vne dragme d'ambre gris, & de bois d'aloës, trois dragmes, de musc fin vn scrupule, & de cãphre seize grains. Et pour bié faire ceste compositió faut premierement liquefier l'ambre au feu, puis y adiouster tout le reste subtilemét puluerisé, mais faut mettre le camphre le dernier de tous.

Remedes contre la feteur marine.

Cõpositiõ excellente pour vser contre toute feteur.

Ceste compoſition eſt la plus ex-
cellẽte, & la plus exquiſe qui ſoit
entre les ſenteurs, & qui conforte
merueilleuſement le cœur, & le
cerueau.

Si le plongeon, qui eſt vn oiſeau
couſtumier venir au deuant des
nauires à voiles, ſe vient à ſubmer
ger au deuant d'vne nauire, c'eſt
preſage de tempeſte future à ladi-
te nauire : mais s'il ſurpaſſe ladite
nauire, ou s'il viẽt à ſe repoſer ſur
quelque pierre ou rocher, il ſigni-
fie nauigation heureuſe & proſpe
re, aumoins s'il nous plait de croi-
re à ce q̃ dit Hiranus. Mais à pre-
ſent nous tenõs tout augure pour
choſe incertaine, & vaine.

Le preſage du plongeon.

Quand la mer eſt contraire, &
ennuieuſe pour cauſe des balaines
qui s'aſſemblent à grandes troup-
pes pour pairier, & auoir genera-
tion : le vray remede eſt d'auoir

Pour dechaſſer les balaines.

du caſtoreum, & le diſſoudre en eau, puis le getter en la mer: & incontinent toute l'aſſemblée ſe diſperſera, & tirera au fond.

Munition pour voyager.

Or pour la munitiõ & victuaille particuliere des viateurs, ſont vtiles remedes preſeruãts de faim & ſoif, leſquelz prins en petite quantité peuuẽt appaiſer telz accidents, & conſeruer la vertu. De ceſte nature ſont le beurre, formage de iument, la regueliſſe. Item les pilules faites de graiſſe de vache fondue, deſquelles quicõque en prendra, pourra longuement endurer la faim. Item qui voudra diſſoudre vne liure de ladite graiſſe auec huile violat, les meſlãt enſemble iuſques à ce qu'ils ayent la conſiſtence de miel, cela peult ſuffire pour la nourriture de dix iours. On dit que les Scythes peuuent ſupporter la faim & la ſoif

douze iours, au moyen de deux herbes: aſſauoir de la ſcythique, & de la ſpartane laquelle tenans en la bouche ils ne ſentēt ny faim, ny ſoif, teſmoings Pline, & Ruel.

Les aulx ſont ſouuerainement bons cōtre les mutations d'eaues. Quand elles ſont vicieuſes, le remede eſt de les faire bouillir iuſques à la conſomption de la moitié, ſelon Pline, lequel monſtre au ſixieme chapitre du trentieme liure de ſon Hiſtoire naturelle, la maniere d'adoucir l'eau de la mer. Et de fait on treuue touſiours au riuage de la mer eaues douces: auſſi aux lieux mediterranes, & ombrageux. Le pouliot eſt vne herbe laquelle qui la pulueriſera, & eſpādra en l'eau inſalubre & vicieuſe, celà la corrigera, en maniere qu'elle ſera potable, & ſaine. Itē le corail pulueriſé

Remedes contre toutes eaux vicieuſes.

corrige l'amertume de l'eau, aussi fait l'orge broyé & lié dedens vn drappeau mis dedans ladite eau. L'herbe nõmée passeuelours trépee en eau la rend meilleure, plus saine, & si luy donne couleur de vin: autant en fait la racine d'ozeille. Item nous auons composé vne poudre, laquelle mise en petite quantité dedens de l'eau, elle luy baillera la couleur & le goust du vin: & la rendra plus salubre, & appaisant tost la soif, & la faim, & si est fort aisee à faire. Nous en fismes l'experiẽce en ce tãt heureux & fortuné voyage, que fist en Allemagne le Roy treschrestien Hẽry deuxieme de ce nom.

Preseruatifs pour les voyageurs.

Pour la seurté des chemins on porte pierres precieuses, comme dyamant, le saphir, la hyacinthe, l'iris, le iaspe, l'agathe, l'episterios, le molochites, le quindrios, la che

lidoine qui ſe treuue au vẽtre des petites hirondelles, l'orchites, la turquoiſe, la corne du pied d'vn animal nommé verbaſcum, l'œil droit d'vn loup, le cœur d'vn vautour, vn chardon. On dit en outre qu'il n'y a poiſon qui puiſſe nuire à celuy qui porte ſus ſoy l'herbe de l'harmoiſe: ny aucune beſte auſſi, ny meſme le Soleil. Et que le viateur qui la portera attachee ſur ſoy, ne ſe pourra laſſer. Il eſt auſſi grandemẽt profitable à l'hõme de pied qui veult faire long chemin de porter en la main vne verge ou baguette de myrte. Item les petites fleurs nommees armoiries preſeruent le corps & l'eſprit de l'homme, de tout malefice, & de toute maladuenture, & principalement des rencontres nocturnes, des embuſches & eſpiements de chemins. Elles ſont auſſi de

ſinguliere recommandation contre les ſonges facheux.

Preſeruatifs pour le foudre.

La fleur de britanica cueillie auant que d'ouir le tonnoirre, preſeruoit dudit tonnoirre les gens de guerre qui la mangeoient ſelon Pline. De ſemblable vertu eſt le corail à celuy qui le porte : auſſi eſt vne pierre precieuſe nommee ceraune, & le ceruin, qui ſe treuue en la teſte du ſerf, & la hyacinthe, & l'agathe. Item celuy ne ſera touché du foudre qui prononcera à baſſe voix ces pa-
» roles du prophete Ieremie, N'ayez
» crainte des ſignes du ciel, comme
» les Gentils. Car ie ſuis voſtre Seigneur Dieu. Entre les arbres le laurier n'eſt iamais touché du foudre: ny l'aigle entre les oiſeaux, ny entre les poiſſons le veau marin, aumoins ſuiuãt ce que recite Pline, lequel fait trois differences de

Trois differẽces de foudre.

foudre : desquelz le premier, qui est sec, ne brusle point: mais il brise & dissipe tout ce qu'il rencõtre. Le secõd qui est humide, ne brusle point aussi, mais il embrunist & noircist merueilleusemẽt ce qu'il touche. Le tiers est clair & resplẽdissant, & de nature admirable. Car il consomme tout ce qui est dur & resistant, sans blesser toutefois les choses molles ou rares. Senecque les diuise autrement, assauoir en celuy qui perce cõme vne tariere, en celuy qui resould & dissipe: & en celuy qui brusle. Plutarque afferme que les eschallottes (qu'on appelle en Frãce, appetits) dechassent le foudre. Autãt en dit il du figuier, & de la peau de l'hyene, par vne proprieté & vertu occulte. Semblable vertu ont le dos du crocodille, & du cheual fluuiatil, & la tortue terrestre portée

Autres opiniõs de foudre.

au tour de ſoy, dechaſſe la greſle. On dit en outre que le foudre eſpargne les dormants, & qu'vn petit arbriſſeau nommé Paliurus n'eſt iamais touché du foudre. Parquoy on conclud, que iamais perſonne n'en eſt frappé en la preſence de quelqu'vne des choſes ſuſdites. Et à ceſte cauſe les patrons & gouuerneurs des galeres ou nauires, arment les extremitez de leurs voiles auec cuir de veau marin, ou d'hyenes pour obuier à telz encombriers du foudre.

Contre la tempeſte marine.

Des choſes qui ont vertu de repouſſer la tempeſte, & qui ſont proufitables aux mariniers manger des laitues en eſt vne. Auſsi eſt de porter ſur ſoy l'herbe ou racine de pyuoyne autrement nommée Peonia. Et entre les pierres precieuſes l'eſmeraude, le ceraune, l'agathe, le celonitides, & l'epiſtri-

tes. Item l'oiſeau maritime nõmé Alcyon. Mais pour remede à ceux qui ſont ià ferus du ciel, il eſt ſouuerain & ſingulier de les aſperger de l'vrine d'vn aſne, & ils ne faudront de recouurer ſanté. Car il n'y a que l'homme exempt de telle playe: comme ny auſsi de morſure de chien enragé.

Au ſurplus, il faut obuier aux autres ennuits qui moleſtent les viateurs: en la maniere qui s'enſuit. Premierement vous ferez mourir toutes manieres de poux & lẽtes, ſi vous oingnez les parties qui en ſont tachees auec gomme de cedre, ou de lierre, ou bien auec aulx ſauuages qui a grand' vertu de les chaſſer. Itẽ ſi attachez ſur vo⁹ vif argẽt, ou ſemẽce de l'eſtaphiſagrie (q̃ lon nomme autrement herbe à poux) ce vous preſeruera de toute tellevermine, nõ la teſte ſeulemẽt, *Remedes contre les poux & autres vermines.*

mais tout le corps auſſi. L'herbe à puces nommée des Latins pſylliõ dechaſſe les puces. Auſsi fait coniza qu'aucuns appellent l'herbe de ſaint Roch. Et la peau de loup eſtandue deſſous vous. Pour faire mourir les punaiſes, faut mettre en voſtre lict feuilles de feugiere. Ou faire parfuns d'vne herbe nõmée langue de cerf, autrement ſcolopendre. Item oindre la couche auec onguent clemẽtin. Item ſi vous arroſez voſtre chambre d'eau auec vn rameau de rue verdoyant en maniere de guepillon, non ſeulemẽt il n'y viendra point de punaiſes, mais auſſi il les dechaſſera incõtinẽt ſi aucunes en y a. Cõtre les mouſcherõs & coſins, faites parfums de galbanum, qui les fera tous fuir, auſſi fera le parfum de cypres: & de nielle Romaine autremẽt nommee poyurette:

Contre les punaiſes.

Contre les mouſcherons.

& d'escorce de grenade, ou de lupins. Si quelqu'vn voulant dormir met aupres de soy rameaux de chamure humide, il ne sera tourmenté ny des mouscherons, ny des mousches, ny des punaises. L'herbe nommee en France pousse bosse, & des Latins lysimachia, fait mourir les mouches. Aussi fait la decoctiõ des feuilles d'hyebles, le parfum de la corne senestre du mulet les garde d'approcher. La pierre nõmée gerachides les dechasse. Item quiconque portera en sa main anneau auquel soit enchassé vne partie d'assa fœtida, il en dechassera les mousches. Contre les escorpiõs, la polemia qu'aucuns appellent sauge de bois, y est admirable. Car qui la portera sur soy, n'en sera ia piqué. De semblable vertu, est celle qu'on nõme acidula. Pour garder que les

Contre les mousches.

Contre les escorpions.

eſcorpions n'approchent de vous quand dormirez, faudra attacher au pied devoſtre lictvne auellane. Les ſerpens fuient la feuille de fugere, parquoy ſera bon d'en eſtendre deſſous vous quand ſerez en lieux ſuſpects. Quicõque aura mégé d'vn aulx ne ſera piqué du ſerpent. Ny celuy qui portera de l'ãchuſe qui eſt la ſecõde eſpece d'orchanette ou echium, ny celuy qui ſera oingt de graiſſe de cerf. Item celuy qui aura mangé d'vn citron, tant qu'il demeurera à ſe digerer il ſera exẽpt de morſure de ſerpẽt

Contre les ſerpens.

Les mouſches à miel ne piquent point celuy qui eſt oingt de ius d'aſparges meſlé auec huile, ny celuy qui porte auec ſoy des malues. Les mouſches gueſpes ne piquẽt point celuy qui eſt frotté de ius de guimaulues. Les chiens n'abbayeront point à celuy qui portera vne feuil

Contre les mouſches à miel.

Contre les gueſpes.

Contre les chiens.

le de

le de plantain ſous ſon gros arteil: ny à celuy qui portera fiente, ou poil de lieure, ou la queuë d'vne belette. Si quelqu'vn redoute l'impetuoſité & violence des chiens qu'il enuironne ſon col de la racine de nerium autrement rododaphne: ou qu'il porte vne langue d'hyene. Pour ſe garantir & preſeruer de morſure de toute beſte ſauuage quelle qu'elle ſoit, il ſe faut lier vn dyamant au bras ſeneſtre: ou ſe pēdre de l'armoiſe au col: ou s'oindre le corps de graiſſe de lyon: ou porter ſur ſoy le cœur d'vn vaultour.

Pour ſe garātir de morſure de beſtes ſauuages.

Maintenant faut parler des laſſitudes, deſquelles ſont deux eſpeces: l'vne de cauſe externe, & l'autre de cauſe interne. La premiere ſe diuiſe derechef en trois, aſſauoir en la laſſitude vlcereuſe que nous pouuons appeller pongitiue, en la

Des laſſitudes, & de leurs differēces.

De la lassitude pongitiue. tensiue,&en l'inflammatiue. L'vlcereuse est causée d'vn mouuement subit & violent : & ce principalemẽt aux corps cacochymes, esquelz les gros excrements s'attenuent & s'espãdent par le corps. Dont l'humeur acre & subtile, vient à piquer & quasi comme vlcerer le cuir, & la chair. Et neantmoins cela aduient aussi aucunefois aux corps bien habituez , & de bon suc, la graisse ou chair molle estant liquefiée par trop grand

Lassitude tensiue. trauail. La lassitude tensiue suruient à ceux qui ont bon sang, & bonnes humeurs tant apres les exercices forts & violents, comme subits & legers, au moyẽ desquelz se fait grand' tension aux nerfs & muscles en laquelle toutes les fibres & filaments sont tẽdus. Toutefois qu'ils ne se relaxent tous d'vne maniere, ains ceux princi-

palement qui ſont tendus ſelon leur longitude. La laſſitude que nous auons appellez flegmoneuſe, eſt cauſée des exercices & mouuements forts & violents, & ſurprent communement ceux qui ne ſont couſtumiers de faire exercice: & autres, bien peu ſouuent. En celle nous ſentons les parties laſſes comme ſi elles eſtoient rõpues, briſées, & froiſſées, ou ſurprinſes d'inflammation. Cela aduient cõmunement quand les muſcles par trop eſchauffez de l'exercice, ont attiré les excrements des parties circonuoiſines. Et de toutes les eſpeces, il n'y a que ceſte cy qui face enfler les parties laſſées outre le naturel. Et ſi telle laſsitude aduiẽt aux nerfs ou aux tendons: on dit communement qu'on a les os las & rompus, à cauſe qu'on ſent la douleur en lieu profond, on dõne

De la laſſitu de flegmoneuſe.

le nom aux parties les plus profondes. Par cecy appert qu'aux lafsitudes font deux indifpofitiõs. Car premierement les parties fimilaires font defseichées : & les petits efpaces vuides, font humectez non d'humeur naturelle ny proufitable, ains d'vne humeur fubtile, acre, & mordicante. Il y a en outre ces trois efpeces de lafsitude, vne quarte indifpofition, en laquelle les mufcles font par trop defseichez à caufe du grãd trauail, ou exercice violent. De forte que qui contempleroit telle perfonne nue, on trouueroit fon corps tout fqualide, chargé de crafse & ordure, defcheu & tardif à fe mouuoir. Et toutefois ce n'eft point proprement lafsitude, par ce qu'on ne fent aucune ponction, ce qu'on fent à l'vlcereufe, ny tenfion : ny comme contufion ou froifsure. De

toutes ces laſsitudes, il n'y en a point qui puiſſe affliger tout le corps, ſinon qu'elles ſoient extremement grandes, ou trop longuement gardées.

Le vray remede des laſsitudes eſt de ſe repoſer. Car en tout trauail & mouuement de corps, ſi on ſe repoſe incõtinẽt qu'on cõmẽce à ſe laſſer, la laſsitude ceſſera ſans faillir. Et quelq̃fois vne laſsitude emporte l'autre, cõme quãd il ſemble eſtre conuenable de retourner le lendemain à ſemblable exercice que le iour precedent. Le remede de laſſeté pongitiue ou vlcereuſe eſt, de faire reſoudre & exhaller les excrements dont elle eſt cauſée. Or ils s'exhallent par longue & molle frication faite auec huile d'olif fort doux, & en bonne quantité : principalement en ceux qui ont grand' abondance

Remede pour toutes laſſitudes.

La cure de laſſitude pongitiue.

d'excrements & au cuir, & entre cuir & chair. On les fait aussi resoudre par l'exercice nommée apotherapentique qu'est à dire curatoire. Principalemẽt quand lesdits excrements sont assemblez aux muscles. Car alors la seule frication n'est suffisante pour les resoudre. La tension & relaxation sont contraires. La tension prouenant de l'exercice, doit estre curée par frication petite & molle administrée auec huile doux, & pour se reposer en tranquilité, & pour se lauer en bain attrempé, ou pour demeurer longuement dedens l'eau chaude.

Cure de la tẽsion.

Et si le patient se baigne deux ou trois fois, & apres chacun desdits bains il s'engraisse dudit huile, il en sera plus proufitable. La cure de la lassitude flegmoneuse en laquelle on se treuue brisé &

La cure de lassitude flegmoneuse.

rompu ſont trois ſcopes à conſiderer, aſſauoir l'euacuatiõ des excrements dont elle eſt cauſéepour le premier, la relaxation des parties tendues,& la refrigeration de l'ardeur. Elle eſt donques corrigée par vne longue & treſmolle frication auec bonne quantité d'huile tiede: & par longue demeure en l'eau moyennement chaude. Item pour ſe repoſer longuemẽt, & s'oindre continuellement. Et finalement par tous les remedes qui ont vertu de cõforter les parties laſſes:& de reſoudre & euaporer par les pores les ſuperfluitez. D'auãtage en toute laſsitude il eſt neceſſaire de ſe nourrir de viãdes bonnes, & engendrans bon ſuc. Et particulierement en l'vlcereuſe faut que le nourriſſement ſoit humide,mais nullemẽt viſqueux. Et en la tenſiue au cõtraire, il doit

estre visqueux & gluant, & en la flegmoneuse, refrigerãt & tres-humide. Item pour la quãtité des aliments en l'vlcereuse ou pongitiue conuient nourrir en la maniere accoustumée, ou quelque peu moins : en la tensiue petitement. Et en flegmoneuse ou inflammatiue tres petitement.

De lassitude spontanée, & de ses differences.

La lassitude prouenante de cause interne, est appellée lassitude spontanée. Et icelle pareillement se diuise en trois especes cõme la susdite : assauoir en la pongitiue qui s'engendre des humeurs corrompues:en la tensiue qui prouiẽt de plenitude, & en l'inflammatiue qui procede des deux ensemble. A l'inflammatiue suruiendra fieure fort vehemẽte, si soudainement on ne tire du sang, & en bõne quantité, au moins par reuulsion. Mais Galien & Ægineta ne

ſont d'aduis de ſeconder quand à la premiere fois on a tiré iuſques au defaillement de cœur, ou ſyncope: lequel defaillemēt n'eſt tant à craindre à la ſeconde comme à la premiere fois. Ils commandent en outre la ſaignée, en la laſſitude tenſiue: ou bien de ſcarifier les cheuilles des pieds. Mais en la pōgitiue il ſera beaucoup plus ſeur d'euacuer par medicaments que par phlebotomie. Sinon que les mauuaiſes humeurs ſoient auec abondance de ſang: laquelle choſe aduenant il faudroit tirer du ſang le premier iour. Et apres purger l'humeur redondante. Il aduient neantmoins quelquefois qu'il ne faut ny ſaigner, ny purger, ny s'exercer ny ſe baigner en quelque maniere que ce ſoit. Aſſauoir quand il y a grand' quantité de matiere crue & indigeſte conioin-

te, laquelle tout ainſi comme il eſt nuiſible & dangereux de permettre que par telles eſmotions elle ſe meſle par tout le corps: auſſi eſt il tres ſalubre de les retenir & conſeruer en tout repos, & de les digerer par aliments à ce propres, ou par potions & medicaments ayans vertu de les inciſer & attenuer ſans chaleur manifeſte: comme ſont l'oximel, vin miellé, hydromel, apomel, ptiſane auec vn peu de poyure: cappres auec huile & vinaigre. Il ſeroit encor meilleur d'vſer des compoſitions qu'on appelle chez les apothicaires dioſpoliticum, diatriumpipereon. Mais quant à moy, i'ay de couſtume vſer de medicaments moins chauds & plus temperez, comme ſont le miel roſat coulé, auec ſyrop d'eſcorce de citron, de l'electuaire d'aromaticum roſatũ

de l'electuaire de cinamome & ſemblables.

Pour dechaſſer telles laſſitudes faut prendre ſemence d'anis vne obole qui vaut demy ſcrupule, & autant de ſemence d'orties, le tout meſlé auec vin blanc & le boire. Item à ce meſme eſt bon de lier ſus ſoy de l'armoiſe, ou du ladanum, ou nerfs de grue. Ou bien tenir en ſa main vne baguette de myrthe: ou tenir en ſa bouche ou ſous la lãgue l'herbe nommée polygonum, autrement des innocens. Et ſi voſtre cheual eſt las, & vous luy attachez dens de Loup, incontinent il ſera delaſſé. On dit en outre que qui portera en ſa main ou en ceinture vne verge d'vn arbriſſeau nommé vitex ou agneau chaſte, il n'aura aucune de ces eſcorcheures de peau qui aduiennẽt cõmunement d'eſchauf-

Remede contre laſſitudes ſpõtanée.

Pour delaſſer vn cheual.

ſement aux pieds , ou entre les cuiſſes,par long chemin.

Contre les creuaſſes des pieds.

Item contre les creuaſſes qui adviennẽt aux pieds à gens de pied, prenez deux dragmes de bõne cereuſe, dix dragmes de litharge de argent , vne dragme de myrrhe, deux aubins d'œufs,broyez fort le tout enſemble en vn mortier en diſtillãt deſſus peu à peu de quelque bon vin blanc: & de ce frotterez ledit mal. Autre maniere grandement eſtimée d'Aëce contre toutes creuaſſes & vlceres de pieds & mains : & ſouueraine à toutes eſcorcheures de tallõs procedantes du frottement des ſouliers, ſemblablement aux eſcoriations venans par trop longuemẽt coucher ſur vn coſté.Prenez miel, cire , huile , litharge d'argent de chacun vne once,& meſlez le tout enſemble.

Cõtre toute creuaſſe & excoriation.

Pour guerir les tumeurs des pieds, qui ſont verrues, ou calloſitez en forme de teſtes de cloux fort douloureuſes, apres les auoir diligēment nettoyées on y met vn medicament cauſtique & corroſif. Mais quāt à moy, i'aime mieux vſer de medicaments qui les puiſſe oſter ſans douleur, cōme ſeroit le maſtic noir cuit en bon vinaigre, & l'appliquer tout chaud deſſus : ou bien farine de feues cuite auſſi auec vinaigre. On gueriſt ſemblablemēt telles calloſitez en quatre iours, appliquant ſeulement deſſus ammoniac, ou peau d'anguille, ou vne fueille de iōbarde.

Pour guerir les verrues des pieds.

Du dormir, & veiller: là ou en paſſant ſera traité de leurs occaſions, differences, neceßité, proufit, dommage, & de la forme de ſe coucher.

CHAP. VI.

Du dormir & veiller.



E dormir & veiller ſont diſpoſitiõs conioinctes,&communes au corps & à l'ame: & dit on auſsi que ce ſont paſsions des ſentiments, par ce qu'ils conſiſtẽt au ſens: & qu'ainſi ſoit, on veoit que les choſes qui n'ont point de ſentiment, n'ont point de ſommeil. A ceſte cauſe on ne dit point que les plantes dorment,par ce qu'elles n'ont ſentiment.Mais au contraire,tout ce qui a ſens naturel,encores qu'il n'en euſt qu'vn, il eſt conuenable qu'il dorme aucunefois : & qu'il veille auſsi par interualles. Dont Pline à bon droit tient que les poiſſons dormẽt. Mais auſſi de dire qu'ils reſpirent tous il ſabuſe grandement. Semblablement de dire qu'on ne ſauroit dormir ſans reſpirer : car on tient pour choſe

asseurée, que tous poissons dorment necessairement. Mais toutefois il nie que ceux qui ont poulmons puissent respirer. Les autres qui n'ont point de poulmons, nageãs entre deux eaus se rafraichissent par leurs oreilles, qui sont pleines de petits pertuis subtils. Par ces choses il appert manifestement que Hesiode a failli, disant q̃ le rossignol ne dort iamais, ains que tousiours il veille, & diligemment. Car il est certain que nul animant ne peut perpetuellement veiller, à raison que par le veiller la chaleur naturelle se resould, dõt il faut necessairement que par le sommeil elle se retire en dedens, pour se restaurer. De maniere que, comme dit l'Auerrhoïs, s'il n'estoit point de sommeil les sens viendroiẽt à finer, & deperir peu à peu.

Or le dormir & veiller sont pas-

ſions cõtraires, & pource ils conſiſtent en vne meſme choſe. Aſſauoir au premier ſens (ſoit le tac, ou le ſens commun) parquoy le dormir & veiller ſont diſpoſitions de cœur ſelon l'Ariſtote, diſant que la premiere vertu du ſentiment eſt au cœur. Mais ce ſont plus toſt diſpoſitiõs de cerueau, comme dit Galien, & pour certain la reſpiration du cœur eſt beaucoup plus forte & vehemente au dormir qu'au veiller, pour raiſon de l'abõdance de la chaleur qui s'eſt tirée au dedens. Parquoy le cœur n'eſt point empeſché par le ſommeil: & ſon actiõ naturelle ne ceſſe point pour le dormir. A ceſte cauſe faut conclure que le dormir n'eſt paſsion du cœur, ains eſt vne diſpoſition du cerueau cõme premier ſenſitif.

Le dormir eſt paſsion de cerueau.

Aſſauoir-mon ſi le ſommeil ou

dormir eſt repos de l'eſprit: & ſi les facultez & actions animales, ceſſent par le dormir, cõme veulent Auicenne & Galien, lequel dit ainſi, Le dormir (dit il) ſurpréd toutes les actiõs de l'ame, leſquelles ſe font par les ſentimẽts: & par les muſcles aux mouuements volontaires. Or pour reſolution, certes il ſemble, que durãt le dormir la vertu animale ſe repoſe, mais ce neantmoins ſon action ne ceſſe pas totalement. Car combien que les dormants ſentent auec peine & difficulté, toutefois ils ne ſont du tout ſans ſentimẽt. Et à fin que ie laiſſe à part la reſpiratiõ, laquelle on veoit en tous ceux qui dorment: & comment par icelle les muſcles de la poitrine ſont aucunement agitez. On veoit outre ce pluſieurs dormants ſe tranſporter de lieu en autre: & mouuoir leurs

membres en diuerſes manieres, & aucunefois parler, & maſcher en dormant quaſi vne ſtade entiere. Et de fait Galien meſme teſmoigne de ſoy auoir marché en dormant & voyant diuers ſonges enuiron vne ſtade qui eſt de cent vingtcinq pas. De ce ſommeil fait mentiō Moſes en ſes aphoriſmes. Par cecy appert comment durant le ſommeil il coule quelque petite vertu venant du cerueau, particulierement en chacune des autres parties. Et d'autant qu'il y en coule plus ou moins, d'autant le ſommeil eſt plus profond, ou plus leger. Quelquefois auſſi aduient, qu'en dormant, ne laiſſe de ſe faire mouuement, encores que la vertu ſenſitiue ſoit oiſiue: aſſauoir quand la force de la chaleur delaiſſant l'imaginatiue, ou autre faculté commandant à la vertu

motrice , ſe retire pour faire le mouuement ſans toucher la faculté ſenſitiue : laquelle comme liée du ſommeil demeure oiſiue. Mais il y a icy vn doute, pourautant que le mouuemẽt ne ſe peult faire, ſinon que la chaleur naturelle ſoit portée aux parties externes : laquelle chaleut eſt auctrice du veiller : & cauſe de toutes les actions naturelles. Parquoy Galien auroit failli auec Homere diſans que le ſommeil eſt ſemblable à la mort. Veu que nous voyons manifeſtemẽt aucuns aller & parler en dormãt. Ioint auſsi qu'il aduient ſouuẽt aux doctes & ingenieux de biẽ & doctemẽt diſcourir & raiſonner en dormãt : par ce q̃ la verru imaginatine & la raiſon font leur office, le ſentiment demeurant oiſif. Et pour ce les ſens interieurs ſont aucunefois moins

empeſchez au ſommeil, que ne ſont les exterieurs. Pareillement en dormant, l'eſprit monſtre manifeſtement ſa diuinité. Et au ſommeil (dit Xenophõ) l'ame eſt prochaine de la diuinité. Car en ce temps principalement elle eſt libre, & deſliée. A fin que ie me deporte de parler de la diuination qui ſe fait par ſonges diuins & naturels, laquelle tãt s'en faut qu'elle ſoit ambigue ny douteuſe: qu'elle eſt tres certaine. Quãt aux ſonges diuins l'eſcriture ſainte en fait tant ſouuent mention, qu'elle en eſt toute pleine: des naturels ont eſcrit premieremẽt Hippocras, & apres luy Ariſtote & Galien. Ioint qu'il n'y a ſommeil (au moins naturel) duquel on ne puiſſe eſueiller. Car apres auoir dormi ſuffiſamment, la chaleur naturelle, libre de ſes operatiõs internes, viẽt

Du ſonge naturel.

à exciter l'animant : montant de ſon franc vouloir au cerueau.

D'auãtage le ſommeil a ſes cauſes, & ſes fins ou iſſues, deſquelles il faut tirer ſes definitions, & differences. La cauſe efficiente du ſommeil, eſt l'aſſemblée, & retour de la chaleur naturelle, aux parties internes. Car le dormir & veiller ſe font ſelon les mouuements de la chaleur naturelle, & tout ainſi comme au ſommeil ladite chaleur ſe retire au dedens: auſſi au veiller, elle ſort au dehors. Mais ce mouuement qui ſe fait au dedens, eſt ainſi cõduit par la nature, ou pour ſecourir les mẽbres affligez: ou bien pour dõner ayde à l'action neceſſaire de l'eſtomac, ou du foye, ou des vaiſſeaux. La cauſe materielle, ſont les vapeurs montans au cerueau, ou bien les humeurs qui ia ſont en iceluy. *De cauſes de sõmeil.*

Donques le ſommeil n'eſt autre choſe(aumoins à mõ aduis) qu'vne intermiſſion de la viuacité des ſentiments faite par le mouuement de la chaleur naturelle aux parties internes : par lequel mouuement la vertu animale qui eſtoit diſſipee & exhallee par le veiller,& ſes inſtruments & organes qui eſtoient laſſez,ſont renouuellez & reſtaurez , & la faculté naturelle fortifiee.

Des differences de ſommeil.

Les differences du ſommeil ſont prinſes de la mediocrité & de l'exces ſuiuant Hippocras diſant ainſi , Si le dormir & veiller paſ- » ſent meſure,cela eſt mauuais.Dõt » le ſommeil naturel procede de cauſes ſalubres,& eſt conſtitué en mediocrité , comme on voit aux ſains . Mais le ſommeil mauuais & contre nature , conſiſte en exces, comme on voit aux malades . Le

premier, qui eſt le naturel, ſe fait quãd la chaleur naturelle moleſtee du trauail ou de la ſiccité, s'en retourne en ſa nourriture. Le dernier qui eſt contre nature, ſe fait quand ladite chaleur ne peut penetrer en dehors, obſtant la grãde humidité, comme on voit aux ſubetz, & lethargiques, leſquelz on ne peult facillement eſueiller. Et eſt celuy ſommeil lequel à bonne cauſe eſt appellé frere de la mort: dont diſent les grecs, Le ſommeil petit miſtere de la mort. Et pour ce Diogenes prochain de la mort eſtãt tout aſſoupi de ſommeil fut interrogué par ſon medecin l'eſueillant, s'il ſentoit point de mal: point, (reſpond Diogenes) car vn frere preuient l'autre. Voulant ſignifier que le ſommeil vient au deuant de la mort, comme frere d'icelle.

La cauſe du ſommeil naturel.

Le ſommeil contre nature.

Du sommeil d'Epimenides.

Assauoir-mon si le sommeil d'Epimenides est naturel. Pline au septieme de son histoire naturelle recite comment ce petit garçóneau Epimenides las & trauaillé du chemin, & de l'ardeur du Soleil dormist en vne cauerne l'espace de cinquante sept ans. Et puis s'esmerueilloit de la grand' mutation des choses, estimant n'auoir dormi qu'vn iour. Fort semblable à cecy est l'histoire ecclesiastique des sept dormants. Certainement au sommeil d'Epimenides furent deux causes assauoir l'ardeur du Soleil, & la lassitude du trauail. Et en la cauerne furét quatre occasions incitans à dormir, assauoir le froid, l'humidité, la silence, & l'obscurité. Semblablement les animaux qui ont coustume se cacher aux cauernes, sont communement surprins de grand & pro-

Du long sommeil des animaux habitás aux cauernes.

fond ſommeil, & ce neantmoins qui eſt ſalubre & naturel. Et que ainſi ſoit leur bonne habitude & diſpoſitiõ le demonſtre aſſez. Car par tel ſommeil ils s'engraiſſent en maniere qu'ils ſont de grand pris & eſtime entre les gras & friands morceaux, comme on voit de la chair de l'ours, & du loir autrement rat veul que les Latins appellent glis, duquel parle ainſi Martial:

Des grandes cauernes quiers le ſentier,
Pour dormir l'yuer tout entier:
Et plus gras ſuis en celle attente,
Du ſeul dormir quand me contente.

Le dormir nourriſt, par ce qu'il cuit & digere le flegme duquel telz animaux ont grand' abondãce: & le conuertit en ſang, & finalement en nourriture. Toutes autres differences de ſommeil ſemblent eſtre comprinſes ſous le na-

turel,ou ſous celuy qui eſt contre nature. Et d'iceux ſont pluſieurs cauſes. Premierement l'opilation faite par les vapeurs,cauſe le ſommeil naturel: mais celle qui eſt faite par les humeurs cauſe celuy qui eſt cõtre nature:lequel a pour ſes cauſes internes frigidité,ou humidité, ou bien les deux enſemble.Les cauſes externes ſont contuſiõs,playes de teſte,& des muſcles tẽporaux,application de medicaments froids, & les dormitifs qui humectent. Le froid eſt cauſe du ſommeil profond, par ce qu'il n'eſmeut point la chaleur naturelle,& ſi elle eſt eſmue d'ailleurs, il l'amodere: & empeſche qu'elle ne face ſes mouuemẽts. Ce ſommeil procede ſouuẽt d'yurongnerie, & auſsi d'humidité. Celuy ſommeil eſt appellé exceſsif, lequel encores q̃ les humeurs ſoiẽt

Des cauſes de ſõmeil internes et externes.

Le ſõmeil exceſsif.

digeſtes & vaincues, eſt perſiſtãt. Et celuy eſt long, qui excede la mediocrité naturelle en durée:& tel ſommeil eſt cauſé par refrigeration de l'imaginatiue. Le ſommeil peſant & profond, eſt celuy duquel on ne peult eſueiller ſans grand' difficulté. Car le ſommeil dure autant cõme la cauſe d'ou il eſt prouoqué: En Yuer les ſommeils ſont tres lõgs:par ce que les nuits ſont plus longues,& l'air eſt plus froid. On dort beaucoup plus es lieux obſcurs & tenebreux qu'õ ne fait aux lieux clairs:pourautãt que la clarté excite les ſens, ce qui ne ſe peult faire es lieux tenebreux. Les choſes qui diſsipent violément la ſubſtance de la chaleur naturelle cauſent les ſommeils longs,& par meſme moyen empeſchent & tardent le mouuemẽt de ladite chaleur en dehors.

Le ſommeil long.

Le ſommeil profond.

De telle nature ſont la douleur,le veiller,labeur,laſſitude,& la faim. Ce meſme peuuent faire toutes choſes ayans vertu de reſſerrer,& reſtraindre,appliquées en la teſte.

Cauſe de ſommeil facheux.

Les ſõmeils troublez & faſcheux ſont cauſes nõ ſeulement aux ieunes, mais auſſi aux perſonnes de bon aage : quand pluſieurs humeurs vicieuſes & corrõpues aggrauent,piquent,& moleſtent l'eſtomac, & principalement ſon orifice ſuperieur qui eſt tres ſenſible.

Pourquoy l'acces de fieure prouoque le ſommeil.

Les acces de fieure prouoquẽt à dormir à cauſe de l'aſſaut, & impetuoſité des cruditez redondãtes aux enuirõs de l'eſtomac & des premieres veines : par ce que cela attire la chaleur aux parties interieures : comme font auſſi le boire & manger, les frications & bains chauds des parties inferieures : auſſi font les petites fricatiõs

Les cauſes de ſommeil.

& chaſtouillements des plantes des pieds. L'ardeur du Soleil ne prouoque à dormir que ceux qui ont le cerueau plain & chargé de flegme. Le ſommeil procede auſſi de l'oiſiueté, du repos des ſentiments, & de la vertu cogitatiue, comme auſſi du lire, de l'obſcurité & tenebres, de la muſique inſtrumentale & vocale, & du murmurement des eaus. Semblablemẽt les bains & lauements des eaus froides refraichiſſants vniuerſellement tout le corps aux grandes chaleurs, prouoquent à dormir ſouefuement en refrigerant, & repouſſant interieurement la chaleur interne. Du cerueau chaud, procede le ſõmeil court & leger. Il eſt encores plus court en ceux qui digerent bien. Les petits & legers ſommeils, procedẽt des humeurs ſubtiles, & ia putrides.

Des commoditez du sommeil.

D'auantage le ſommeil apporte trois commoditez neceſſaires. La premiere eſt, qu'il fait la digeſtion. La ſeconde eſt que par le dormir, la ſubſtance du corps, & les eſprits qui eſtoiẽt diſsipez par le veiller ſont reſtaurez. La tierce vtilité eſt qu'il donne repos aux organes & inſtruments, tant de l'eſprit comme du corps eſtans laſſez. De maniere que n'eſtoit le dormir (dit l'Auerrhoïs) les ſens periroient & prendroient fin, & par conſequent la vie. Car le ſens endure, & patiſt du ſenſible. Parquoy neceſſairement le dormir & le veiller s'entreſuiuent conſecutiuement, par ce que le repos enſuit le mouuement. Et le repos conſerue l'animant en ſon eſtre. Comme dit ce Poëte,

Apres trauail qui ne peut repos prẽdre,
Il luy faut toſt ſa dure fin attendre.

Car le repos retourne tout en force,
Et reſtaurer les membres las s'efforce.

Item,

O doux sõmeil repos de toutes choſes,
Paiſible eſtãt deuãt to⁹ les hauts dieux,
Souci te fuit, & toute cure encloſe:
Tranquillité tu donne aux furieux,
Et aux corps las, repos pour durer mieux.

Or le dormir biẽ prins apporte pluſieurs autres cõmoditez à l'hõme, leſquelles ſõt recitées par Ægineta enceſte maniere. En premier lieu le ſõmeil elabore la viande, il cuit & digere les humeurs, il appaiſe les douleurs, il rẽforce ceux qui ſõt las, il remolliſt les tẽſiõs, il fait oublier les triſteſſes, & corrige le iugemẽt depraué. Et pour cer- [illegible] dormir dõne grand allegemẽt & cõfort aux parties internes & aux cruditez. Et fait digerer nõ ſeulemẽt ce qui eſt en l'eſtomac &

au foye: mais aussi ce qui est aux veines & arteres. Il a en outre vertu d'humecter, & d'arrester l'alaine, la transpiration, & toutes defluxions, pour autant que la chaleur naturelle & ensemble le sang se retirent au centre, & arreste toute euacuation hormis la sueur. Le sommeil profond ayde grandement à la digestion. Et dauantage que le dormir cuit & cōsomme toute matiere causant maladie: & si est souuerain remede à toutes lassitudes. Quelquefois aussi le sommeil refrigere le corps comme aux fieures flegmatiques, estaingnant la chaleur estrange & febrile, & augmentāt la naturelle.

Les incōmoditez du sommeil.

Or nonobstant que le sommeil ayt de grandes commoditez, si est ce qu'il a aussi ses incommoditez. Car, comme a doctement escrit Pline, il nous oste la moytié

de

de noſtre aage. Dont on dit communement que les meſchans & malheureux ne different de rien aux bons & vertueux en la moitié de la vie. Le beaucoup dormir appeſantiſt la teſte, à raiſon que la matiere & vapeurs eſleuées au cerueau, ne ſe peuuēt ſoudain exhaller, obſtant l'aſtriction cauſée par le ſommeil. Le trop dormir ne permet digerer les cruditez. Le ſommeil par trop exceſſif & long congrege abondance d'excremēts habitueux, leſquelz eſtans retenus humectēt & refrigerent merueilleuſement le cerueau, & generalement tout le corps: & pource eux eſtans cuits & digeſts, le corps ſemblablement en eſt plus diſpos, & mieux complexionné. Le dormir exceſsif, rend les enfans hebetez, & d'eſprit groſsier: & ſi empeſche leur creue. Le dor-

mir & ieuner enſemble, extenuent & refrigerent le corps, vuidans & conſommans l'humidité d'iceluy. Le dormir au commencement des acces de fieure, eſt pernicieux & tres mauuais. Encores plus, que le dormir eſt touſiours contraire aux febricitans, pourtant qu'alors la matiere febrile ſe retire au dedens. Mais toutefois l'vtilité qui en procede pour ayder à la digeſtion eſt plus grãde, que n'eſt le dommage prouenant du mouuement qui ſe fait de la ſuperfice au centre. Quand le dormir fait mal ou nuiſance aux malades, c'eſt vn ſigne mortel, & ce plus toſt en la declinatiõ, qu'en l'augmẽtation, ny en l'eſtat de ladite maladie.

Les choſes qu'il faut obſeruér au dormir

D'auantage, au dormir de ceux qui ſont ſains il faut cõſiderer plusieurs choſes, & principalement

le temps idoine pour dormir, cõbien il faut dormir, la forme de ſe coucher, le lieu ou l'on dort, & finalement les ſonges & viſions qu'on a en dormant. Or donques le temps plus commode & plus conuenable pour dormir, eſt la nuict. Car elle inuite les perſonnes à ce par ſa ſilence, & naturelle humidité: & par conſequent s'efforce de parfaire la digeſtion. Le ſommeil en outre ſaiſiſt beaucoup mieux & plus toſt la perſonne, en lieux obſcurs & tenebreux qu'en la clarté, ce que Ariſtote prend pour choſe manifeſte & receuë de tous. Item le vray temps & le plus opportun pour dormir, eſt deux ou trois heures apres ſoupper. La nuict eſt pour dormir, & le iour pour veiller. Et quiconqne rompra tel ordre (dit Hippocras) fera plus grand' fau-

Le temps qu'on doit dormir.

te dormant entre quatre heures & la nuict, que celuy qui fera ſon ſommeil ſur les quatre heures de matin. Le dormir d'apres midi eſt pernicieux, ſinon qu'on ſe ſente fort las, ou qu'on ayt veillé la nuict precedente. Car le iour repugne au dormir par ſa chaleur, par ſa ſiccité, par ſa clarté, & par le bruit. Et par cauſes à ce contraires, la nuict inuite à dormir. Et pource le dormir d'apres diſner rempliſt le cerueau de vapeurs, & appeſantiſt la teſte, d'ou ſouuent procedent fieures diaires, douleur de teſte, peſanteur, lacheté, pareſſe, rheumes & catarres. Dont

Les incōmoditez du dormir d'apres diſner.

„ Celſe, Aux longs iours (dit il) qui
„ veult dormir ſur iour, il vaut mi-
„ eux q̃ ce ſoit auãt diſner qu'apres.

Toutefois qu'il eſt permis à aucũs de dormir apres le paſt, aſſauoir à ceux qui l'ont de long temps ac-

coustumé, moyennant que ce soit loing du repas, & qu'ils ne dorment plus longuement que de raison, & qu'ils dorment la teste haute, & que le sommeil ne soit interrompu. Car on trouue par experience, que le dormir fait moins de mal estant assis, qu'estãt couché, & la raison en est apparente. Car les vapeurs ont meilleure issue, quand le corps & la teste sont droits, qu'estans couchez. Le dormir apres la faim, ou diette, ou apres le grand trauail est mal oportun, principalement s'il est long, pourautant qu'il desseiche le corps qui est ia vuidé & euacué par ladite faim ou trauail. Et ce neãtmoins le sommeil prins apres le bain est grandement loué par Galien disant ainsi : Il n'y a chose „ en ce monde (dit Galien) qui mieux digere ce qui peut estre di- „

„ geré, ny qui mieux cuiſe les mau-
uaiſes humeurs, que le dormir a-
» pres le bain, moyennant qu'il n'y
„ ait quelque plus grand empeſ-
chement. Le ſommeil auſſi prins
auant que la viande ſoit deſcen-
due au profond de l'eſtomac eſt
mal opportun. Parquoy apres
ſoupper il ſe faut promener lente-
ment, à fin que la viande deſcéde
de l'orifice ſuperieur de l'eſtomac,
& que ledit orifice ſe puiſſe fer-
mer. Et par-ainſi le ſommeil ſera
pur & net, ſi le ſoupper precedent
a eſté leger & ſobremét prins, car
les bonnes digeſtiós cauſent ſom-
meils proufitables.

Mais il y a icy vn doute, aſſauoir-
mon quand la digeſtion ſe fait
mieux, en dormant, ou en veil-
lant. Par le veiller (dit Galien) le
corps eſt vniuerſellement nourri
& alimenté. Et Maſſaria en ſes pa-

radoxes pense que par le dormir la chaleur naturelle se retire aux veines, & non en l'estomac. Et que pour ceste cause la digestion se parfait mieux en l'estomac le iour en veillant, que la nuict en dormant. Et semble que Pline veuille consentir à ceste opinion, disant que la digestion qui se fait en dormant, est plus tost conuenable pour rendre l'homme gros & corpulent, que robuste. Et que pour ceste cause les luitteurs aiment mieux faire leur digestiõ en allant & se promenant, qu'en dormant. Vray est que les viandes sont principalement vaincues, & digerées par longuement veiller. Mais toutefois quant à moy ie ne puis trouuer bonne telle opinion. Car cõbien que Galien concede que le long trauail digere & dissipe les viandes, affermant aussi

La digestiõ se fait mieux par le dormir que par le veiller.

que la couſtume,la petite quantité des viandes, & finalement l'euacuation du corps vniuerſel (laquelle ſuruient communement à gens de grand' peine & trauail, comme ſont moiſſonneurs, foſſoyeurs, luitteurs, & toutes telles manieres de gens qui depuis le matin iuſques au ſoir ſont en continuel labeur)ſeruent beaucoup à faire la digeſtion,meſme des viandes fortes à digerer.Il ſemble toutefois qu'il veuille preferer le profond ſommeil, lequel communement ſaiſiſt eſtroitement ceux qui ſont fort laſſez. Et veu qu'il ayde merueilleuſement à faire la digeſtion, il leur eſt de grand proufit & vtilité, pour empeſcher qu'ils ne ſoient offenſez par les mauuaiſes viandes & de mauuaiſe digeſtion, deſquelles ils vſent ordinairement &en grand' quantité.Car

ſi vous les contraingnez de veiller longuemēt ils ne faudront de tō-ber toſt en quelque maladie. Parquoy ils ont ce dormir pour ſeul remede à digerer les fortes viandes. Et quant à ce que Maſſaria eſtime que par le dormir la chaleur naturelle ſe retire aux veines, & non en l'eſtomac, cela eſt demōſtré faux par Galiē diſant ainſi.
» Le dormir eſt proufitable aux en-
» trailles & parties internes, par ce
» que durant cedit temps la chaleur
» naturelle ſe retire aux parties plus
» profondes du corps. Et Hippocras, Le trauail(dit il)eſt proufitable aux iointures, & à la ſubſtance carneuſe : le manger, & le dormir, aux viſceres.

Les limites du dormir.

Le vray but & limites du dormir, eſt quand la digeſtion eſt parfaite, laquelle ſe fait touſiours en moins de temps aux ſains, qu'aux

Le tẽps requis pour parfaire la digestiõ

malades. Toutefois que communement elle ſe fait en ſix, ſept, ou huit heures. Les ſignes de la digeſtion parfaite ſont quand le ventre fait bien ſon deuoir, quand il n'y a point de rots, & quand l'vrine eſt biẽ digeſte. Parquoy le dormir qui ſe fait apres la digeſtion faite, à bon droit eſt appellé exceſſif. Et Hippocras commande que l'exercice, le manger & boire, les actes veneriennes, & le dormir ſoient moderez.

Les ſignes de la digeſtiõ faite.

Le dormir apres la digeſtiõ eſt exceſſif.

D'auãtage faut cõſiderer la forme & maniere de ſe coucher. Car toutes manieres de dormir ne ſont pas ſaines. Le plus ſouuent nous dormons en celle figure qui eſt entre l'extremité & le moyẽ: dont aucuns dorment aſſis, & aucuns en allant. Parquoy le meilleur eſt de dormir non pas le corps droit, ains le flechiſſant mollement, en

La forme qu'on doit tenir au coucher.

retirant vn peu les iambes. Car en ceste maniere le ventre se rechauffe d'auantage, dont la digestion en est plus tost,& mieux faite. On se doit donq coucher vn peu droit, en sorte que les parties superieures soient vn peu plus hautes, & esleuées que les inferieures. Aucuns commandét que l'on se couche premierement sur le costé droit, à fin que l'orifice de l'estomac demeure clos. Et les autres au contraire veulent que premierement on se couche sur le senestre, à fin que par ce moyen l'estomac acquiere du foye quelque chaleur d'auantage, pour luy ayder à faire sa digestion: & apres veulent qu'on se retourne sur le droit, à fin que la digestion estant faite, la viande soit plus facilement distribuée audit foye. Le Conciliateur est d'opinion que le

dormir premierement ſur le coſté droit, eſt proufitable à ceux qui ont le ventre dur: autrement (dit il) il ſe faut peu coucher ſur le droit, & longuement ſur le ſeneſtre, principalement à ceux qui ont le foye chaud, ou l'eſtomac froid, ou bien le ventre fort mol & liquide. Mais Theophraſte eſtime la digeſtion eſtre plus toſt faite ſur le coſté gauche, & plus tard à ceux qui ſont couchez à l'ẽuers. Le dormir ſur le ventre ayde beaucoup à la digeſtion des ſains, & à ceux qui ont la toux, aumoins ſelon Pline. Dont Fiera Poëte chãte ainſi,

Pour eſtre ſain tu dois dormir
Sur le deuant, ou coſté droit:
Puis au ſeneſtre te dois vnir,
Ainſi dormant ſeras à droit.

Du dormir à l'enuers.

Le dormir à l'enuers eſt mortel. Ægineta le defend auſſi, diſant

qu'il obſcurciſt la veuë. Toutefois que Pline ne le blaſme totalemẽt. Car il dit que le dormir à l'enuers proufite à la veuë, & ſur le deuãt, à la toux : & ſur les coſtez eſt bon contre rheumes & toutes deflu-xions. Et dit en outre qu'on ſonge beaucoup au Prin-temps, & en l'Automne : & plus à l'enuers que autremẽt: mais ſur le vẽtre point, ou peu. Et ce neantmoins Raſis & Auicenne diſent que le dormir à l'enuers eſt fort mauuais pourautant qu'en telle ſituation les ſuperfluitez tombent ſur le derriere, à cauſe dequoy elles ſont detenues ne pouuans aiſement ſortir par leurs conduits leſquelz ſont ſur le deuãt, comme ſont le nez, la bouche, & le palais. Et de là procede celle maladie que le vulgaire appelle chauche vieille, cuidant que ce ſoit quelque eſprit: & plu-

De la chauche vieille.

ſieurs autres petites maladies. D'auãtage dormir à l'enuers (c'eſt à dire le vẽtre rẽuerſé cõtre haut) & la bouche ouuerte en ronflant, ce ſont ſignes d'eſtre vain & laſche, ou d'eſtre yure, ou de pareſſe. Parquoy Hippocras blaſme l'vn & l'autre : aſſauoir & le dormir à l'enuers, & la bouche ouuerte. Mais il approuue bien le dormir ſur l'vn & l'autre coſté. Au ſurplus ne ſe mouuoir point à la couche, & appliquer les mãis ouuertes ſur l'orifice de l'eſtomac, ayde beaucoup à parfaire la digeſtion. Car tant ſe tourmẽter & eſmouuoir au lict, ne fait que troubler la viande, & empeſcher la digeſtion. Item l'vſage des bonnes viandes, & en petite quãtité, & le vin mediocre qui n'eſchauffe par trop, & quelques frications moyennes aydent beaucoup à la digeſtion.

En outre, par ce que le ſommeil ſuruient plus toſt en lieu obſcur & tenebreux, la chambre ou l'on dort doit eſtre vn peu obſcure, que la clarté du Soleil ny de la Lune ne dõne à la veuë. Ioint auſſi que dormir ſous les rayons de la Lune engendre crachement de ſang, & rend la perſonne ſtupide, ſot & eſtonné. Caſſius s'efforce de rendre la raiſon comment ſe peut faire, que pour longuement que on demeure ſous la clarté de la Lune, on n'en receura aucune incommodité moyennant qu'on n'y dorme point : & toutefois quiconque y dormira, ne faudra d'auoir incontinent rheumes, & opilation de teſte. Or il y a vne cauſe prompte & manifeſte, de laquelle il n'a point fait de mention. C'eſt que pourautant que quand on dort, la chaleur natu-

Electiõ de la chambre pour dormir.

relle & le ſang ſe retirent au dedens & profond du corps, comme a ia eſté dit: & pour ceſte cauſe la teſte, & autres parties externes ont moins de chaleur, à cauſe dequoy plus toſt elles ſont offenſées. La chambre vaut mieux, & eſt plus ſaine d'eſtre vn peu fraiche en Eſté. Car il eſt vtile & proufitable aux perſonnes de chaude complexion de prẽdre au temps d'Eſté leur repos en lieux frais. La chambre chaude & ſeiche, eſt de ſaiſon, & grand' ſante en Yuer: & la froide fort mauuaiſe: car par ſa froideur elle nous engendre en cedit temps grande quantité de flegmes. Quiconque dormira en chambre neuue, ou nouuellemẽt blãchie, en laquelle aura feu de charbon, pour certain la mort s'en enſuiura. Item il eſt fort inſalubre & dangereux de dormir

Le dormir en chambre nouuellement blãchie, eſt mortel.

dormir ſous les arbres, deſquelz l'ombre fait mal à la teſte, cõme ſous vn noyer, ſous vn grenadier, ou ſous vn buys. L'if auſſi eſt ſi venimeux que qui ſe repoſera ou dormira ſous ſon ombre, le plus ſouuent il mourra, & principalement s'il commence à borgeonner. Semblablement l'ombre du geneure eſt dangereuſe. Il eſt auſſi dangereux de dormir aupres des buiſſons, pour raiſon des beſtes venimeuſes qui les frequentent, & habitent. Outreplus il eſt bon de dormir en licts mols, car le lict dur reſtraint & garde de croiſtre. Les riches de Babylone dorment ſur des peaux pleines d'eau, pour recreer & reſtaurer les eſprits affligez & debilitez par la grãd' ardeur du Soleil, en laquelle ils ſont ſubgetz, à ce que dit Plutarque. Et qu'ainſi ſoit i'ay veu en Italie

Sous quels arbres eſt dangereux le dormir.

des Nobles qui dormoiét en Esté ſur peaux enflées de vent.

Des ſonges & viſions. Finalement faut conſiderer les ſonges, viſions, & autres accidéts qui ſuruiennent au ſommeil. Car (comme dit l'Ariſtote) les ſonges ſont indices des paſſiós du corps, & de l'ame. Et doit on bien auoir principal ſoing & cure de ceux qui ſont correſpondants aux diſpoſitions, ou à certaines humeurs du corps : la redondance & agitation deſquelles vient à eſmouuoir les eſprits, & l'imagination. Comme, ſi aucun voit en dormãt quelque grand feu bruſlant, cela ſignifie qu'il eſt tourmenté de colere flaue. Et s'il voit fumiere, obſcurité & profondes tenebres, il eſt affligé d'humeur melancolique. Or quant aux ſonges qui prouiennét de quelque grande affection ou deſir qu'ont les perſonnes en veil-

lant, Caton en dit ce qui s'ensuit,

N'ayez soucy des songes fantastiques,
Car pour certain souuẽt on voit en sõge
Vn fol espoir, fol desir & mensonge.
Ainsi ne sont tous songes fatidiques.

Et le Poëte Claudian ainsi:

Iuges, greffiers, procureurs, aduocats,
Songer proces c'est droitement leur cas:
On sçait assez que toutes gens d'exces,
Pensans dormir ne songent que proces.
Le charretier songera ses cheuaux
Trainans leurs chars par hauts monts, & par vaux.

De la diuination des songes.

Il me semble que ie ne m'eslongneray trop du propos, si en cest endroit ie reduis en memoire cõment souuent les hommes ignares & sans renommée songent, & deuinent les choses aduenir par leurs songes. Et d'autant plus qu'vne personne est grand babillard, alienė de son sens, & de nature melancolique: d'autant

voit il plus de telz ſonges & reſ-
ueries. Donques veu que leurs eſ-
prits ſont paſſionnez de tant & ſi
diuers ſonges, il ne ſe faut pas eſ-
bahir ſi quelquefois il aduient ce
qu'ils ont predit. Ne pl⁹ ne moins
qu'vn archer ou arbaleſtrier qui
tirera longuement à vn blanc, ce
ne ſera de merueille ſi par quel-
que coup d'aduenture au bout
d'vn iour il touche le but, & em-
porte le blanc. Dont les anciens
» ont fait ce prouerbe, Quiconque
» gettera ſouuẽt le dets, il aura quel
quefois Venus. Et pour ceſte cau-
ſe quand Homere introduit ſes
dieux deliberãs des choſes adue-
nir, il ne veult ſignifier autre, ſinõ
que la cognoiſſance des choſes fu
tures ſurmonte tout engin, & eſ-
prit humain.

Toutefois que Albert le grand
(ſi c'eſt choſe digne de croire) at-

tribue la vertu de pouuoir deuiner & predire les choſes futures, à vne pierre precieuſe nommée Amandin. Kiranus donne ſemblable vertu aux plumes de l'aigle eſtans appliquées à l'eſtomac, ou à la poitrine: mais cela eſt trop plus certain que Dioſcoride & autres eſcriuent. Aſſauoir qu'il y a certaines choſes, leſquelles induiſent pluſieurs mauuais ſonges pleins de viſions, & imaginations diuerſes. Entre leſquelles ſont les feues, les lentilles, l'herbe nommée pycnocomum, le liſeron, les choux, les pourreaux, ongnons, phaſioles, le vin nouueau, la morelle, les anacardes, & porter ſur ſoy vne oniche, & le quirin autre pierre precieuſe miſe ſur la poitrine de celuy qui dort. Et au cõtraire, la meliſſe fait ſonges ioyeux à celuy qui la mãgera apres ſoupper. Le dia-

La vertu de l'Amandin.

mant aussi chasse les mauuais songes. Le ceraune fait songes plaisans. L'anis pendu au cheuet du lict oste les visions qu'on a en dormant: aussi font les dens d'vn cheual masle, mises sous la teste de celuy qui dort. Le veiller semblablement nous altere non moins necessairement que le dormir. Or le veiller n'est autre chose qu'vne disposition suiuant la sensation par le mouuement de la chaleur naturelle aux sentiments. Et de là procede que celuy qui veille, a plus de chaleur aux parties externes, qu'aux internes, à cause que quand on veille, le sang & la chaleur naturelle se mouuent en dehors. Et pource le moyennement veiller est vne des fins de l'animant. Car auoir sentiment, & auoir sagesse sont les fins de tous animaux: assauoir le sentiment est

Du veiller.

la fin des bestes brutes:& la sagesse & cognoissance des choses, est la fin des hommes. Et quand nostre esprit & entendement est cõduit par nature, alors il n'est point opprimé de sommeil. A ceste cause nous dormons moins que nous ne veillons. Il y a encores vne autre raison, C'est qu'en dormant la chaleur naturelle parfait en peu de temps la digestion. Et durant tout le temps qu'elle n'a plus que faire, ny que digerer, elle demeure es parties externes. Et tout ainsi comme en dormant la digestion se parfait es parties interieures, aussi en veillant, ce qui a esté cuit & digeré par les premieres digestions, est distribué par tout le corps, & là derechef digeré par le benefice de ladite chaleur naturelle: & se parfont aussi les autres actiõs necessaires à la nourriture.

La distribution se fait quãd on veille.

Parquoy il appert eſtre vray, que le corps vniuers eſt alimenté par le veiller.

Mais en paſſant nous ferons vne queſtion, aſſauoir-mon ſi l'enfant eſtant au ventre de ſa mere, commence plus toſt à veiller, ou à dormir: Il eſt notoire que le fruit eſtant encores au ventre de ſa mere, n'eſt point dit animant auant que d'auoir ſentiment: & que le ſommeil, eſt le repos des ſentiments. Parquoy il s'enſuit que le veiller precede le dormir, qui ſera pour la reſolution de ceſte queſtion. Ariſtote dit que veiller de matin ſert beaucoup à la ſanté, & à l'acrimonie & ſubtilité de l'eſprit. Et pour ceſte raiſon il enſeignoit de matin les ſubtilitez de philoſophie, & contemplatiõs naturelles: par ce qu'elles eſtoient trop plus ingenieuſes, & couchees

Queſtion plaiſante.

Le veiller de matin ſert à la ſanté, & bonté d'eſprit.

en langage fort elegāt & elabouré. Et le ſoir il enſeignoit les choſes plus communes & vulgairemēt eſcrites. Dont Galien dit ainſi. Le veiller, & la cogitation ſubtile & profonde rendent l'eſprit beaucoup plus aigu & ſubtil, que le dormir · Car le gros ventre & gras (dit il) n'engendre pas l'eſprit ſubtil. Parquoy veiller moderémēt, & ſans exces, eſt vtile & prouſitable. Mais au contraire, le veiller continuellemēt, ou bien auec exces, eſt inſalubre & mauuais. Dont dit Martial:

Comme veiller eſt tresbon & facile.
Trop veiller eſt mauuais, & difficile.

Le veiller eſt cauſé de la ſiccité & chaleur du cerueau: & a pluſieurs incommoditez. Car le trop veiller digere par tranſpiration la ſubſtance corporelle: & ſi deſſeiche l'habitude du corps, & cor- *Les cauſes du veiller.*

rompt le temperament du cerueau, de ſorte qu'à raiſon de la grād' & exceſſiue ſiccité, il s'en enſuit ſpaſme, ou reſuerie: & ſi ne debilite point moins les forces & vertus, que font les grandes euacuations. Apres le trop veiller à vn malade, s'enſuit crudité de ſa maladie. Et qui plus eſt, il eſt cauſe de l'indigeſtion du boire & manger.

Pour prouoquer à dormir.

Parquoy faut diligemment & toſt ſecourir ceux qui en ſont affligez par choſes froides & humides. Entre leſquelles ſont premierement les aliments à ce conuenables comme la laitue, le poulepied autrement nōmé pourchailles, la morelle, le pauot blanc. En apres s'enſuiuent liniments & onctions faits auec huiles violat, ou de nenuphar, l'onguent roſat, & le populeum, deſquelles choſes ſi vous oingnez le front, & les té-

ples, item la paume de la main, & les plantes des pieds à vostre patient, vous le prouoquerez à dormir. Messire Iehan Argentier medecin a tresdoctement escrit de ceste matiere en deux volumes, lesquelz par son commandement m'ont esté presentez pour estraines par docte ieune gentil'homme aussi medecin, Messire René allemand.

De toutes manieres de paßions, & de leur forces par lesquelles le corps humain est affligé en diuerses sortes. Item comment on doit moderer ou conseruer telles paßions.

CHAP. VII.

Diuision de l'ame.

LA vertu irascible, & la cõcupiscible sont estiméespassiõs. Car l'Aristote diuise l'ame en deux: assauoir en la partie de la raison: & en celle qui est sans raison. De la raison sortent la prudence, la diligence, la sagesse ou sapience, l'esprit, ou engin, la memoire, & semblables. Mais de l'autre partie qui est sans raison sortent les vertus moralles: lesquelles doiuent estre preferées aux vertus intellectuelles, pourautant qu'elles font l'homme bõ & honneste. Car la partie qui est sans raison est diuisée en deux especes, c'estassauoir en celle qui obeït à la raison, comme est la vegetatiue: & en celle qui n'y obeït point, comme sont l'irascible, & la concupiscible, toutes deux fort conuenables à l'homme. Car la

vertu concupiſcible conſerue la vie,& ſon eſpece:attendu que par icelle,nous nous eſtudiõs de mãger & boire , & d'auoir lignée: d'elle meſme ſort l'enuie d'acquerir vertu. Elle eſt accompaignée de l'iraſcible pour refrener ſon exceſsiue cupidité, & toute volonté deſordonnée. Mais cõbien qu'elles ſoient accompaignées, ſi eſt-ce qu'elles ne ſont moins contraires l'vne à l'autre, que le froid & le chaud. Et ce neantmoins quand elles ſe peuuent accorder, & moderer l'vne auec l'autre, elles ſont vne treſbonne meſlange. Et par ainſi ire & cupidité iointes enſemble refrenant l'vne l'autre font vne fort bõne meſlée de vertu. Les choſes cõuoitées ſont diuiſées en deux, aſſauoir en volupté, & ennuy ou facherie d'eſprit. Car ſi nous obtenons noſtre deſir, il en

Diuiſion des choſes cõuoitees.

ſort volupté & plaiſir: mais ſi no⁹ en ſommes demis, il s'enſuiura ennuy. De rechef, & en autre maniere cupidité peut eſtre diuiſée en quatre eſpeces. Car tout ce qui eſt, ou il eſt bon, ou il eſt mauuais. Et chacune d'icelles choſes ſont ou preſentes ou futures. Le bien aduenir nous donne vn deſir & enuie de l'auoir, & le bien preſent nous donne plaiſir & contentement. Et au contraire le mal aduenir nous donne crainte & tremeur: & le mal preſent, ennui & deſplaiſir. Mais icy faut noter qu'il y a deux manieres de bien, & autant de mal. Car les vns ſont vrayement telz, & les autres ſont telz eſtimez & par opinion ſeulement. Au ſurplus Ariſtote reduit tout ce qui meut l'animant, ou à l'intelligence, ou à l'appetit. Sous l'intelligence ſont contenus la fan

Seconde diuiſion.

tasie, & le sentiment, pourautant qu'ils sont le iugement. Sous l'appetit, sont contenus la volonté & la concupiscence. L'election procede de tous les deux. Mais il semble que Galien nombre entre les pasions de l'ame non seulement les mouuements de la volonté & de la concupiscéce, mais ausi ceux qui ne gardent mesure ny moyé en la raison. Et tout ainsi que Plato, il diuise l'ame en trois especes. C'estassauoir en l'ame raisonnable, en l'appetitiue, & en l'irascible. Desquelles trois la premiere est cõuoiteuse de verité, de science, & bonnes disciplines, & generalemét de toutes choses hõnestes: selon la commune signification de conuoiter, & desirer. Et l'ame irascible brusle & ard de la cõuoitise qu'elle a de liberté, de vĩctoire, de puissance ou grandesse,

Trois especes d'ame selõ Plato.

d'empire, de gloire & d'honneur. L'ame appetitiue desire iouir du plaisir de l'amoureuse assemblée qui doit estre entre le mari & la femme: pareillement du manger & boire. Plus outre disent que la premiere a son domicile & habitation au cerueau: la seconde au cœur: & l'appetitiue au foye. Et qu'à ceste cause elles sont differentes en obgets, & instruments. Et ce disent ils doctement, car veu que la raison reprouue souuent les affections & concupiscences, comme il est aduenu à Medée, laquelle ne pouuant resister à ire, dit ainsi en Euripides,

Assez congnois quel mal ie fais,
Mais mon courroux, & ses efforts
Sont trop plus que la raison forts.

Et en Ouide.

I'approuue & voy ce qu'est meilleur,
Et toutefois i'ensuis le pire.

Il

Il s'enſuit que le iugement, & les affections ne ſont en vn meſme inſtrument. Toutefois que la vertu iraſcible ſemble mieux obeïr à la raiſon, que l'appetitiue. Et de fait on a obſerué que les beſtes brutes plus enclines à ire, ſont de nature plus nobles & genereuſes que les autres, & ont plus de raiſon. Ce qu'eſt atteſté par ce diſtique,

Le *noble cœur, vaillant & genereux,*
A *ire prompt & courageux ſera.*

Teſmoings en ſont les chats & lyons comme on peut voir. Les chats (dit Pline) de quelle ſilence, & de quelle dexterité eſpient ils les oiſeaux, & de quel aguet ſe lancent ils ſur les rats & ſouris? N'enterrent ils pas leurs excrements ſous terre, cognoiſſans que par la puanteur d'iceux ils ſont deſcouuerts? Et Galien parlant du *L'aſtuce du chat.*

La prudẽce du lyon lyon dit ainſi. Le lyon ſe ſcet abaiſſer, & aualler quand il eſt temps, il ſcait abuſer & deceuoir ſon aggreſſeur & aduerſaire, prenãt ſoudainement voire en vn moment la premiere occaſion qui ſe preſente, & occupãt ou par force, ou par ſoudaine ruſe les forts de ſon ennemy, leſquelz il ſcet garder nõ moins prudẽtement que courageuſement.

D'auantage faut ſauoir qu'Auicenne nõbre entre les accidents de l'ame, nõ ſeulemẽt les perturbations & troubles qui ſuiuent la vertu appetitiue, mais auſſi celles qui procedent de fortes imaginations. Et dit en outre que les accidents de l'ame enſuiuent les mouuements que l'eſprit fait & en dedens & en dehors: & ce ſoudainement ou lentement. Car en ire & courroux le cœur ſe dilate ſou-

dain : mais en ioye & plaiſir, il ſe dilate peu à peu tout à loiſir. Item en crainte ou tremeur il ſe reſſerre ſubitement: & lentemẽt en triſteſſe. Il aduiẽt en outre que quaſi en vn meſme inſtant il ſe meut en dedens, & en dehors: comme on peut voir quand quelqu'vn a hõte & vergongne, & auſſi quand il eſt en angoiſſe : au premier deſquelz l'eſprit ſe meut legerement, & lentement en l'autre. En lieſſe le cœur s'eſlargiſt petit à petit, à fin q̃ plus lõg temps il puiſſe iouïr de ce plaiſir: & alors la chaleur naturelle auec le ſang & les eſprits ſ'eſpandent en dehors: dont vient que les membres ſont lors imbus, humectez, & engroſſis par l'humidité de ce ſang. Parquoy ne ſe faut eſmerueiller ſi en lieſſe on deuient gras & de bon voir. Lieſſe fortifie les vertus non ſeulement

Le mouuemẽt du cœur aux paſſiõs de l'ame.

vitales, mais aussi animales, & naturelles : elle esmeut aussi & esueille les esprits, & ayde à la digestion, & generalement à toutes les actions naturelles: & est proufitable à toute personne saine, pourueu qu'ils ne soient opprimez par trop grande repletion. Le mouuement est beaucoup plus valide, & plus fort en la grand' & subite ioye, qu'en liesse moderée. Dont comme il appert par plusieurs exemples aucuns en sont morts subitement. Foy & espoir, ont semblables mouuements de ioye. Et par ce l'vn & l'autre est proufitable aux malades. Car cõme dit Galien. Plus en guerist celuy, auquel plus de gens ont confiance. Amour est vne affectiõ prochaine d'esperance: assauoir le souci estãt occupé au mouuement du discours, & raisonnement. Et de ce

Foy & espoir.

Amour.

mal fuſt en grand danger le Roy Antiochus aymant deſmeſurémēt ſa maratre Stratonice, comme a elegamment eſcrit Apian. L'hiſtoire duquel eſt illuſtre par l'admirable ſapiéce d'Eraſiſtratus medecin. Et ſemblablement par icelles a eſté deſcouuerte l'incroyable amour de Seleucus Roy, enuers ſon fils. En ſorte que la ſentence d'Euripide ſera trouuée tres veritable diſant:

Le naturel de tout homme d'honneur
Eſt d'eſtimer ſon fils comme ſon cœur.

Triſteſſe eſt nuiſible à tout homme ſain, ſinon qu'il ſoit par trop gras & replet: car alors elle eſt proufitable, cōme auſſi à ceux qui ſont fort ioyeux & ſans ſouci: & aux maladies ſomnolentes, comme aux ſubetz & ſemblables. Car la triſteſſe que l'on a du mal inſtāt, ou futur, empeſche le dormir, *Triſteſſe.*

& refrigere la perſonne: pour autant que peu à peu elle repouſſe la chaleur naturelle en dedés. Elle deſſeiche auſſi, par ce qu'en triſteſſe le cœur eſt eſtraint & reſſerré : à cauſe dequoy pour lors ne ſe peut engendrer grand' quantité d'eſprits : & ce peu qui y eſt, ne ſe peut aiſément diſtribuer par les membres auec le ſang. Triſteſſe donques eſt à bon droit nombrée entre les cauſes qui empeſchẽt ou corrompẽt la digeſtion : & debilite auſſi les forces naturelles. Souuent on conçoit vne horreur pour ouïr nouuelle triſte. Et pour la voir, on tombe quelquefois en ſyncope, & defaillent de cœur: dõt il ſe treuue que pluſieurs ſont expirez & morts ſubitement, ſeulement pour voir pendre & eſtrangler. Crainte & aſſeurance ſont contraires, comme auſſi ſont leurs

obgets. Certainement crainte eſt tant dommageable, que Xenophon oſe bien aſſeurer les grands tourmẽts de la peur eſtre plus vehements, que toutes aduerſitez preſentes. La crainte inueterée ne differe en riẽ à la triſteſſe. Si crainte & triſteſſe perſeuerent longuement, cela ſignifie non ſeulement l'humeur melancolique eſtre ia preſente: mais il l'engendre auſſi de nouueau. Vne ſoudaine terreur eſt quelquefois cauſe de mort ſubite. Ce qu'aduient communement quand nature de ſoy debile, eſt tout acoup eſtainte & ſuffoquée par exceſſiue terreur. Car l'extinctiõ enſuit vne paſsion cauſée de froid. Et l'eſtouffement viẽt à cauſe qu'en telles paſſions, tout le ſang s'aſſemble & ſe retire à ſa ſource.

De crainte & ses effects.

Mais cõment ſe peut faire qu'v-

Question de la fieure quarte.

ne grand' frayeur & ſubite puiſſe guerir la fieure quarte? C'eſt pour cauſe qu'en telle peur, la chaleur naturelle s'aſſemble au dedens en ſon cẽtre. Dont on voit par experience, que ceux qui ont frayeur, ont telle froid aux extremitez que ſouuent ils en tremblẽt bien fort: & au dedens ils ont chaleur ſi vehemente, que ſouuentefois ils en ont grand' ſoif, & flux de ventre.

Par meſme ou ſemblable raiſon, la frayeur eſt de grand' efficace, & ſuffiſant remede pour guerir le hoquet procedant de repletion, ou par la mordication d'humeurs acres. La raiſon de tout cecy eſt, pour-autant que telle peur ou frayeur au moyen de ce flux de ventre, diuertiſt la matiere fluant à la ſource de la fieure: & deſtourne de l'eſtomac les humeurs acres. Et par-ainſi, la frayeur par meſme

moyen guerist la quarte, & le hoquet ou sanglot.

Ire & courroux sont contraires à crainte, pour-autant qu'ils procedēt d'vne chaleur ignée. Ils sont aussi contraires à douceur & clemence. Car par douceur on endure vn grief & tort. Or ire n'est autre qu'vne ardeur de chaleur, ou ebulition de sang qui se fait au cœur auec vn desir de se venger. Parquoy l'ire est grādemēt proufitable aux effeminez & pusillanimes comme on peut voir par l'histoire de Hali Rhodoan, lequel guerist vn gendarme engelé & transi, & ià roide du froid qu'il auoit enduré, le prouoquāt à grād' ire & courroux. Et pource il est bon de prouoquer à ire ceux qui sont detenus de maladies froides: & ceux qui ont le cœur & cerueau de temperament froid: mais

Ire & courroux.

Definitiō d'ire.

au contraire la doiuent ſongneuſement euiter ceux qui ont telles parties fort chaudes, comme auſſi ceux qui ſont affligez de chaudes
» maladies. Courroux dit Galien
» reſſerre le cœur,& les polmons:&
» lieſſe les eſlargiſt.

Puis qu'ainſi eſt que courroux ou ire eſt conioint auec la raiſon & iugemẽt,& que toutes les operatiõs animales ſont faites au cerueau (comme veult Galien)certes le cœur ne peut eſtre appellé organe ou inſtrument de tous troubles : ſinon qu'on veuille reduire toutes telles paſſions au cœur, à cauſe du mouuement que les eſprits font en dedens à leur centre, & en dehors à la ſuperfice.En outre Galien fait differẽce entre ire, & deſpit ou enclination à ire.
» L'homme qui eſt en grand'ire, &
» courroux (dit il) eſt magnanime,

& meſpriſant choſes baſſes & ab- „
iectes: & eſt cõtraire au deſpiteux
& à celuy qui ſe courrouce lege- „
rement pour petite choſe, lequel
pour eſtre de temperament plus
froid, & d'habitude plus denſe
& moins perſpirable, il eſt puſil-
lanime, & non de cœur vaillant
ou genereux. Toutefois que Se-
necque eſt d'autre opinion, diſant
que l'ire eſt autant differente au
deſpit, comme l'homme yure à
l'yurongne: & comme l'homme
ayant crainte & frayeur, à celuy
qui eſt de nature timide. Car l'hõ-
me peut eſtre courroucé, & en
grand' ire: & ce neantmoins pour
cela il ne ſera deſpiteux ny enclin
à ſe courroucer legerement. Et
l'homme enclin à courroux, ne
peut qu'il ne ſe courrouce. Item
repugne à Galien ce que Alexan-
dre le grand a eſté courageux, ſi

iamais homme le fut, & ce neantmoins pour la grand' abondance de chaleur naturelle qui eſtoit en luy, il a eu le corps fort odorant, mais toutefois il eſtoit fort deſpiteux & enclin à colere.

De chagrin.

Chagrin & ſoucy eſt touſiours dommageable à toutes perſonnes, ſoient ſains ou malades. Mais honte & vergongne, combien

Vergõgne

qu'ils ſoient trouuez decens & bien ſeans ſeulement aux ieunes gens, toutefois ils ſont auſsi conuenables à ceux qui ont la iauniſſe, & aux paſles couleurs, pour-autant qu'augmentãt la chaleur naturelle ils donnent grace à la couleur naïue. Car combien qu'au commencement de la vergongne, le mouuement de la vertu animale ſoit pouſſé en dedens: ſi eſt ce que ſoudain elle s'eſpãd au dehors: laquelle choſe embelliſt le

taint de la face.

Les ſuſdites paſsions n'immuẽt noſtre corps pour autre raiſon, ſinon pour-autãt qu'elles ſont cauſe du mouuement des eſprits, & de la chaleur naturelle. Et faut noter, qu'il n'eſt mué ſeulement quãt aux premieres qualitez, mais auſſi quant aux ſecõdes. Car ceux qui ont fraieur, paſliſſent incontinent. Et ceux qui ont ioye, prennent bonne couleur : & ceux qui ont honte, rougiſſent. Les fantaſies auſsi nous immuent pour-autant qu'elles font mouuoir les humeurs. Et pour ceſte cauſe le rouge eſt contraire, à ceux qui crachent le ſang. La confidence qu'a le malade de ſon medecin, eſt le plus excellent remede qui ſoit. A ce propos conuient le paſsion des amoureux, leſquelz incenſez d'amour tombent ſouuẽt en grandes

Pourquoy les paſſiõs nous font changer couleur.

La fantaſie nous altere.

Le rouge cõtraire à ceux qui crachent le ſang.

La confidence que le malade a du medecin eſt remede excellent.

De la paſſion des amoureux.

maladies, ſoit que telle amour procede d'enſorcellemẽt, ou d'oiſiueté, ou par breuuages, ou par bõne grace. Quoy ? ne voit on pas tous les iours par experience, que la vertu imaginatiue, à force d'immuer non ſeulement noſtre propre corps, mais auſsi le corps d'autruy: comme l'on voit clairement en la cõception des petits enfans, leſquelz retiennent cõmunement la ſemblance de la choſe qu'on reçoit en l'imagination & fantaſie, alors que la cõception ſe fait. Galien auſsi demonſtre par viue raiſon, que la forte imagination & cogitation vehemente qu'ont le pere & la mere au temps de la conception, eſt cauſe d'engendrer les beaux enfans. Dont vient que ceux qui s'aſſemblent pour auoir lignée, impriment ſouuent à leurs enfans ſemblable trongne & mi-

L'efficace de la fantaſie.

La force de l'imaginatiõ en la conception.

nois à celle qu'ils ont en leur imagination : ou bien à celle qu'ils font estans en telles actes. Et de là peuuent proceder les visages laids & ridicules desquelz parle Martial disant,

Comment dy tu belles filles t'aimer
Pour ton amour & bonne grace auoir,
Veu que tu as le mois qu'ont peut voir
D'vn qui voudroit entre deux eaus nager?

Item dit,

Mange laitues & malues ensemble,
Car pour certain tu fais la mine,
D'vn qui chie dur, comme il me semble.

Celle face fut aussi bien deforme, auec vn nez mal seant & mal proportionné : laquelle dōna matiere de rire à l'Empereur Traian. De laquelle est dit ainsi,

Quand richanant ta bouche s'ouurira,
Et sur ton nez le Soleil reluira,
Tu monstreras en ceste forme l'heure

Dessus tes dẽts, sans pl⁹ lõgue demeure.

Voulant signifier par cela que le nez seruant de reigle ou stile comme en vn quadrant, gettoit l'ombre dessus les dents assez rares.

Les sorcelleries faites par parolles sont vaines.

Apres l'imagination, ont aussi grand' efficace les paroles murmurées entre les dents en maniere d'enchantement, lesquelles autrement sont vaines & inutiles. Desquelles chante Samonicus en ceste maniere:

Vieilles sorcieres & gens fallacieux
Pensent guerir, & chasser toute fieure
Par breuets faux, & superstitieux.

Item sont vains & inutiles les ensorcellements: sinon ceux qui sont causez des choses naturelles, ou influences celestes, ou bien qui procedent de fortes & vehementes affections d'esprit. Dont vient que Apulée afferme en son liure de magie (toutefois apres Homere)

mere) qu'on guerit playes par paroles, dequoy dit ainsi Lucain.

La pensée certainement,
N'estant d'aucun venin polue,
Obeït à l'enchantement.

A bonne raison donques Galien veult qu'on ne mesprise les mouuements de l'esprit: ains qu'on les ait en plus grande obseruation que ceux du corps, pourautant que l'esprit est trop plus digne & excellent, que n'est le corps: & aussi par ce qu'en santé la chaleur naturelle n'est moins gardée par les exercices de l'esprit, que du corps, moyennant qu'ils soient moderez. Car le bon & opportun vsage d'iceux est cause que la santé est conseruée en son estre: ou que la maladie est guerie, si aucune en y a. Mais l'vsage inopportun & excessif est insalubre, car tout tel exercice d'esprit fait par

Les mouuemẽts de l'esprit ne sont à mespriser.

exces, ſoit qu'il procede par trop raiſonner & diſcourir, ou par trop grand' ire & courroux, ou bien de trop appeter quelque choſe, aſſeurément il rend la perſonne trop bilieux & colerique:& au contraire s'il eſt prins trop remiſement, & moins qu'il ne faut: la perſonne, ſera flegmatique.

De l'exercice de l'eſprit.

Non ſans cauſe Æſculapius inſtitua qu'on donnaſt plaiſir à ceux qui par trop exercer la vertu iraſcible, c'eſtadire qui par trop ſe courroucer rendoient leur corps trop chaud & bilieux:par diuerſité de chãſons,& grimaſſes contrefaiſants geſtes ridicules, & auec diuerſité de muſique melodieuſe. Et aux autres qui ont le cœur trop froid & remis cõmãdoit la chaſſe, le cheuaucher, & s'exercer aux armes, pour les rendre plus courageux & hardis. Et pource a bien

Le plaiſir de la muſique eſt ſouuerain aux coleriques.

dit le diuin Platon, que le regiment du corps vniuers despend de l'esprit: en maniere que l'esprit estant affligé, le corps ne se sauroit bien porter: attendu qu'on ne sauroit conseruer la santé, ny guerir la maladie presente, si premier on ne reduit les passions de l'esprit à leur mediocrité. Dont il est manifeste que former les bonnes meurs & instruire les gens à bien & vertueusement viure n'appartient seulement au philosophe moral, mais aussi au medecin. Dont s'ensuit cest epigramme tiré du Grec,

Le regiment du corps depend de l'esprit.

Le clair Phebus a transmis en ce mõde
Asclepion, & Platon le diuin.
L'vn pour curer ce pauure corps immõ(de:
L'autre l'esprit, à delices enclin.

Parquoy pouuons conclure, q̃ le medecin doit nõ seulemẽt penser & guerir le corps, mais aussi l'ame.

L'office du medecin.

D'ou s'engendrent les troubles en noſtre ame.

Or en l'ame ſ'engendrent troubles malheureux & dommageables ou par mauuaiſe nourriture, ou par ignorance, ou par l'indiſpoſition & mauuais temperamēt de noſtre perſonne. Par mauuaiſe nourriture, car n'eſtans des noſtre ieune aage aprins à honneſteté & vertu, aux fins de ſauoir commāder à noz folles affections & cupiditez deſordōnées, nous nous rēdons ſerfs & eſclaues d'icelles. Par ignorance, nous nourriſſons en noſtre iugement opinions tellement fauſſes, que le plus ſouuent nous eprenons le faux pour la verité, eſtimāt le mal eſtre bien & vtilité: & le bien eſtre mal. Par l'indiſpoſition & intemperature de noſtre corps (ſoit qu'elle nous ſoit telle de naiſſance, ou acquiſe telle par mauuais regime) comment que ce ſoit, il eſt certain que pluſieurs

passions, & affections deprauées en procedent. Et de fait Galien a suffisamment monstré en vn liure expres de ceste matiere, que les mœurs ensuiuent la disposition du corps. Or est il ainsi que le medecin docte peult cõseruer le bon temperament des personnes, & corriger le mauuais. En sorte qu'il est en sa puissance de faire de grãdes & admirables mutations, cõme d'vn mauuais garçon, il peult faire vn homme de biẽ: d'vn auaricieux, vn liberal: d'vn yurongne, vn homme sobre: d'vn paillard & impudique, vn homme chaste: d'vn pusillanime & craintif, vn homme hardi & courageux, Et ce non seulement par vertu d'herbes ou medicaments: mais aussi par discipline & correction, tant en boire & manger, comme en l'exercice du corps & de l'esprit: tant

à voir choſes honneſtes & notables, comme à ouir paroles bonnes & ſaintes, à bien parler & bõs propos de loix, tant ſaintes, que ciuiles: tant anciẽnes, que modernes: tant publiques, que priuees: tant de celles qui menaſſent de punition, cõme de celles qui promettent remuneration.

La vertu appetitiue doit obeyr à la raiſon.

En ſemblable maniere, la vertu appetitiue peult eſtre moderee en ſes mouuemẽts, & peult obeïr aux commandements, de la raiſon. Et à icelle doit commander la raiſon, ne plus ne moins que le charretier à ſes cheuaux. Ce qui eſt vniuerſellement propre à la vertu. Non ſeulement la raiſon a ſa perfectiõ, qui eſt ſapience, prudence, & ſcience: mais auſſi la faculté iraſcible a la ſienne, qui eſt force & hardieſſe: & l'appetitiue attrempance, pour la ſienne. Et

Les perfections des facultez naturelles.

de la proportiõ & ſymmetrie mu- tuelle de ces trois facultez, iuſtice prend ſon origine. Parquoy l'hõme ne peult eſtre iuſte, que premier il ne ſoit attrempé, magnanime, & ſage. Tel fut Moyſe lequel (ainſi que recite Ioſephe) cõmandoit à ſes affections & cupiditez, en maniere qu'il n'en apparoiſſoit aucune en luy, & qu'il les cognoiſſoit ſeulement de nom, & nõ d'effect: & plus pour les auoir ſenti en autruy, qu'en ſoy. A ceſte cauſe non ſans bonne & iuſte raiſon, le Poëte Lucrece dit que celuy qui ſcait biẽ moderer & vaincre ſes troubles & affections, doit eſtre nombré entre les Dieux, diſant ainſi,

D'ou procede iuſtice

Quicõque ſoit qui ſe peult cõmander,
En dechaſſant toutes affections:
Ne peult il pas iuſtement demander,
Entre les dieux, ſon habitation?

A cecy eſt conforme l'enſeignement de Pythagoras, ſuiuant lequel la vie de l'homme doit eſtre regie : duquel enſeignement fait mention Landus en ſon liure de la ſanté ou il dit. Enquoy ay ie excedé? Qu'eſt ce que i'ay fait? Ay-ie obmis quelque choſe. Et ſur ce propos Virgile parlant de l'homme ſage dit,

L'hõme prudent auãt que ſe coucher
En ſon lict mol, pour ſon doux repos prendre
De tout ce iour ſe doit bien enchercher,
Et de ſon fait ſe doit bon cõpte rẽdre,
S'il a paſſé limites de raiſon.
Et s'il a fait le tout en ſa ſaiſon,
S'il a obmis quelque choſe en ſon fait,
Si autremẽt pourroit mieux eſtre fait.
Pourquoy plus toſt en opiniõ demeure,
Ce qu'il vaudroit mieux changer de bonne heure.

Du regime & gouuernement des diuerses cõplexions, & en tous aages. Et de l'election des nourrices.

CHAP. VIII.



Es signes de l'homme temperé & de bonne complexion, sont tirez de l'essence du corps, & aussi de l'ame. Quant à ceux de l'ame, il faut prendre garde qu'ils soient de courage moyen entre le temeraire, & couard : entre le furieux, & celuy qui est lasche & sans cœur:entre le trop hatif,& le songeart:entre le trop clement,& l'énuieux:entre le cauteleux,& le sottard hebeté:entre le lascif,& celuy qui est du tout remis & ne prend plaisir en rien. Les signes prins du corps,sont quand les parties similaires sont de bõne temperature. Et que les parties instrumentales

Les signes de l'hõme temperé.

Les signes prins de l'essence du corps.

ſont bien & mignonnement façonnées auec bonne proportion: en ſorte que la teſte ſoit bien proportionnée au tronc du corps, & conſequemment toutes les autres l'vne à l'autre: comme à l'enfant de Polycletus, lequel eſtimé pour vn miracle de nature en beauté & proportion, ſont venus de lointains païs & eſtranges, graueurs, tailleurs, & peintres, pour en tirer traits & lineaments de leur art, comme d'vne Idée & parfait ouurage de nature.

Les proportiõs des parties corporelles.

La vraye & iuſte proportion de ces choſes (ſelon Vitruue) eſt, que la face depuis le bout du menton, iuſques à l'extremité ſuperieure du front ioingnant à la racine des cheueux, doit eſtre la dixieme part de la longueur de tout le corps. Itẽ la face eſt diuiſée en trois parties egalles, aſſauoir depuis le bout

du menton , iuſques au bout des narrines:& depuis icelles, iuſques au milieu des deux ſourcils : & de là iuſques à la racine & commencement des cheueux.La main depuis le poing,iuſques à l'extremité du grād doigt du milieu(qu'on peult appeller la grād' palme)doit eſtre de ſemblable lōgueur que la face.Aufsi fait la plante du pied. Par icelle longueur certain nombre de fois repetée , Pythagoras cogneuſt de quelle hauteur pouuoit eſtre Hercules en ſon viuant. La huitieme partie de la longueur d'vn homme, eſt depuis le bout du menton , iuſques au ſommet de la teſte. Et la partie ſuperieure de la poitrine iuſques aux racines des cheueux , eſt la ſixieme partie : & cela meſme eſt la meſure d'vn pied. La quarte partie,eſt depuis le commēcemēt

de la poitrine, iuſques au ſommet de la teſte,& cela meſme eſt la lõgueur d'vne coudée, & pareillement de la poitrine. Chacun des autres membres a ſemblablemẽt ſa meſure,& proportion. Car tout ainſi comme la main eſt egale à la face,auſſi les particules des doigts reſpondent à certaines parties de la bouche. C'eſtaſſauoir le plus grand os du pouce, reſpond à l'ouuerture de la bouche: & ſi eſt egal à l'eſpace qui eſt entre le bout du menton, & la leure inferieure. Mais le moindre qui eſt en l'extremité dudit pouce,eſt la meſure de l'eſpace qui eſt entre la leure ſuperieure,& le nez. Le gros os du ſecond doigt, eſt egal à la largeur du front. Et les deux mineurs enſemble ſont de la lõgueur du nez. L'eſpace qui eſt depuis le bout du menton iuſques à l'extremité

ſuperieure du nez, prend ſa meſure de la longueur du doigt du milieu. Et chacune ongle emporte de longueur la quarte part de ſon doigt. Et le petit doigt eſt de la longueur du gros. Et les deux autres aſſauoir le ſecond & le quart, ſont egaux. Et celuy du milieu (qu'aucuns impudiques ont appellé l'impudique, diſans qu'il auoit la forme du membre viril) eſt le plus long de tous. On dit en outre que la moyenne ſtature de l'homme eſt de ſix pieds de long, & la moyenne groſſeur eſt de trois. La groſſeur de l'homme doit eſtre prinſe auec vne ceinture paſſant par ſous les aiſſelles, & enuironnant la poitrine & le dos. Caſtaliõ qui a deſcrit le Courtiſan, n'approuue point les gens de grãde ſtature, cõme ſont Geãts de ſept coudees, ainſi qu'eſtoit

De la ſtature de l'homme.

Orestes selon Herodote en son Clio. Il blasme aussi les Nains & Pygmées qui bataillent contre les grues, les plus grands desquelz ne passent pas deux pieds & vn quart de hauteur. Et de fait la Royne de France a vne Naintre pour plaisir, laquelle est tãt loing d'auoir deux pieds de hauteur, que à grãd peine peult elle passer vn pied & demy. Vegece choisissoit les soldats de cĩq ou six pieds & deux onces. Mais il faut entendre des pieds geometriques, lesquelz sont de quatre petites palmes : & la petite palme, est de quatre doigts de trauers. Mais en vain queroit Vegece plus longs bras en telle grãdeur. Car certainemẽt on a obserué par experiẽce ce qu'atteste Pline estre veritable. C'est assauoir, q̃ la longueur de l'homme depuis la plãte du pied, iusques au sõmet de

La naitre de la Royne de Frãce.

la teste, est cõprinse entre les deux extremitez des plus longs doigts, quãd on estẽd bien les deux bras. Suetone recite q̃ Auguste Cesar, estoit de courte stature. Et toutesfois il estoit de cinq pieds, & trois quarts. Mais Pline auec Homere sont d'opiniõ q̃ les hõmes deuiennent tous les iours plus petits : & qu'ils croissẽt en lõgueur iusques à vĩgt & vn an, & le reste, en grosseur. Et q̃ chacũ en l'aage de trois ans, a la moitié de sa longueur.

La stature d'Auguste Cesar.

Celuy donques qui est de tresbonne temperature, & composition, requiert pour sa cõseruation les causes salubres en la quantité & qualité que s'ensuit. Et premieremẽt quant à l'exercice, celui qui est moderé, & qui egalement exerce chacune partie du corps luy est le meilleur. Et ce, fuyant tout exces, tant que faire se pour-

ra, & corrigeant la faute ſi aucune en y a. Semblablement le boire & manger ſoient de qualité temperee, & prins en moyenne quantité: en ſorte qu'il n'en prenne ny plus ny moins qu'il eſt de beſoin: ce faiſant il tiẽdra le moyen entre trop & trop peu. Le ſemblable ſe doit faire au dormir & veiller, aux bains, aux paſſions & exercice de l'eſprit, & en toutes choſes: tenant le moyen en tout & par tout. Et ſi par fortune on s'apperçoit d'auoir failli, il faudra corriger celle faute par exces contraire.

Le regime des coleriques. Aux perſonnes coleriques, & à ceux qui de leur nature ont vne chaleur acre & mordicante engẽdrant excrements fuligineux, les bains ſont fort conuenables: auſſi ſont les exercices petits, & lents & les forts & violents treſcontraires. Parquoy ſera bon les lauer no

ſeule

ſeulemẽt vne fois, mais auſsi deux fois le iour, & principalement en Eſté. Il eſt auſsi expedient qu'ils ſoient nourris & alimentez de bõnes viandes engendrans bon ſuc, & auſquelles ne ſoit aucune qualité acre. Le demeurer au Soleil, & à l'abril, & ſe courroucer volontiers, le beaucoup penſer, & profondement, leur ſont contraires. Mais quant à ceux qui pour eſtre extremement greſles, ont beſoing de grand' nourriture, ie vous aduiſe que s'ils n'en prennent beaucoup plus grand' quantité, qu'il ne s'en perd par la tranſpiration inſenſible, c'eſt à dire par les pores, que iamais ils ne recouurerõt leur premier eſtat. *Pour les fort greſles.*

Ceux qui ſont de complexion froide & humide, ont beſoing d'vne maniere de viure toute cõtraire à leur temperament, & d'exer- *Regime des flegmatiques.*

cices tant du corps que de l'esprit, plus grands & plus forts:& de tenir bonne diette,se nourrissans de viãdes peu nourrissantes. Et ne se trouuerõt mal de s'exercer au Soleil:ny de s'abstenir des bains.

Regime des sanguins.

Ceux qui sont de complexion chaude & humide, doiuent plus trauailler,& s'exercer d'auantage, à raison de leur grand' humidité: si est-ce qu'ils doiuent fuir tout mouuement violét à cause de leur chaleur. Mais quand telles natures de gens apres auoir vescu en oisiueté,& sans rien faire,viennét à s'exercer:ils sont incontinét surprins de catarrhes & defluxions, si premierement ils ne sont purgez.Et au Prin-temps ils sont subgets aux maladies prouenantes de repletion. Parquoy sur la prime vere il y faut preuoir par saignée: ou bien par medecine ayant ver-

tu de purger le flegme, la colere, & les humeurs sereuses ensemble. Le bain leur est dangereux & suspect auãt que d'auoir euacué leur corps : mais apres l'euacuation, il leur sera vtile, principalement en vne cuue baignoire celuy qui aura vertu de resoudre, & digerer par euaporation.

Assauoir-mon si à telles complexions il faut defendre le vin? Aux chaudes cõplexions (dit Hippocras) il conuient boire de l'eau, se reposer, & dormir. Mais ce passage est entendu des complexions extremement chaudes, & qui sont hors des limites de santé. Et non de ceux qui ont abõdance de chaleur naturelle, ausquelz certainement il faut donner du vin, mais moderément, c'est à dire en petite quantité, & suffisamment trempé, comme aussi leur temperamẽt

Passage de Hippocras declaré.

eſt moyen. Semblablemēt quand Hippocras commāde le repos aux chaudes complexions,il veult entendre qu'ils ſe contregardēt des exercices violents.

Regime des melācoliques.

Aux complexions froides & ſeiches,nō ſeulemēt eſt cōuenable le vin, mais auſsi tout ce qui eſt contenu au regime des vieilles gens.

Canon general à toutes cōplexiōs intēperées.

Au-ſurplus, il y a vn precepte general à toutes complexions intēperées. C'eſt qu'il les faut toutes corriger par regime contraire à leur nature : aumoins s'ils ont le loiſir de ce faire. Et là ou ils n'auroient le loiſir, il faudroit les conſeruer en leur eſtat par aliments de ſemblable qualité & complexion : & principalement quand ils y ſont ià accouſtumez. Autrement ne faut changer les couſtumes, encores que par vn meſpris de ſoy, elles ſoient mauuaiſes : &

que la perſonne ſoit bien en ſa grand' ſanté. Sinon qu'il ſoit bien du tout exempt d'affaires, & en ſa grand' liberté.

Or maintenant pour traiter du regime & gouuernement de tous aages, il conuient commencer aux petits enfans. Hippocrates a eſcrit que le laict eſt frere germain du ſang menſtrual. Car l'enfant eſtãt encores au ventre de la mere, n'eſt nourry d'autre choſe que dudit ſang, & d'icelle prend ſon origine le laict des mammelles.

Regime des enfans

Mais icy ſe dreſſe vne gẽtille queſtion, aſſauoir-mon lequel eſt plus expedient, ou de nourrir l'enfant du laict de la mere, ou de nourrice eſtrangere : il ſe treuue dedens Aulugele bon auteur, vne belle & plaiſante diſpute d'vn Philoſophe nommé Phauorinus, lequel perſuada à vne noble dame de nour-

L'hiſtoire de Phauorinus.

rir ſon enfant de ſon propre laict, & non d'autre nourrice. Et pour certaĩ on ne ſauroit trouuer meilleur laict, ny à ce plus vtile, que celuy de la mere propre, moyennant qu'elle ſoit ſaine, diſpoſte, & bien moriginée. Mais toutefois ſ'il eſt beſoing d'auoir autre nourrice, il la faut choiſir de complexiõ cõuenable au naturel de l'enfant, ſuiuant l'intention que vous aurez, ou de l'entretenir en ſon temperament par choſes ſemblables: ou bien de le luy corriger par ſes contraires. Or qu'il ſoit quelquefois neceſſaire d'auoir vne nourrice, Aëce le donne aſſez à entendre diſant que pour le plus expedient, l'enfant ne doit prendre le laict de ſa mere, auant le quatrieme iour: ou mieux ſelon Auicenne, auãt deux mois. L'opinion deſquelz ſi elle eſt veritable, il ſem-

De la nourrice.

ble que nature n'a pas ſatisfait à l'enfant,& qu'il eſt neceſſaire d'auoir nourrice, ioint à ce qu'on tient pour choſe ſeure, que quiconques tettera ſa mere les deux premiers iours apres l'enfantement, il ſera dangereux d'eſtre ce que les Latins appellent coloſtrate,c'eſt à dire que le laict qu'il prẽdra de la mammelle ne ſe caille & congele en ſon eſtomac comme formage.Choſe toutefois qui ſemble eſtre eſtrange, meſme attendu que cedit laict ſemble eſtre plus aigueux. Mais il faut entẽdre que tel laict a certaine denſité & eſpaiſſeur ſpongieuſe, à raiſon dequoy facilemẽt il ſe congele ainſi. Il ſeroit toutefois meilleur ſe paſſer de nourrice, que d'en auoir vne mal ſaine. Et principalement quand elles ſont ſubgettes à grandes maladies: auſsi que d'en auoir

Les vices qu'on doit euiter en la nourrice.

vne eſceruelée, facheuſe, & yurongneſſe, ou vne qui auroit auorté, ou qui ſeroit enceīte: de peur que le petit enfant ne reçoiue auec ce laict les vices & meſchancetez d'icelle. Et non ſans bonne raiſon a eſté dit, que tout ainſi que la vertu & complexiō du ſperme eſt de grād' efficace à dōner la ſemblāce tāt du corps cōme des mœurs: auſsi fait la proprieté du laict. Et non ſeulement ſe treuue cecy veritable aux hōmes, mais auſſi aux beſtes brutes. Car pour certain les petits chiens qui ſeront allaictez d'vne biche, ou d'vn dain, en ſeront plus timides & craintifs, mais beaucoup plus legers & plus forts. Et au contraire s'ils ſont allaictez d'vne louue, ou d'vne lyōne, ils en ſeront plus fiers, & plus hardis. A ceſte cauſe on appriuoiſe les petits lyons, leopars,

L'efficace du laict de la mămelle.

& ſemblables auec laict de chie-
ure, ou de brebis. Et plus, que les
petits agneaux allaictez d'vne chie
ure auront la laine plus dure. Et
les cheureaux allaictez d'vne bre-
bis, auront le poil plus mol. Par
ces choſes donques appert claire-
ment, que non ſeulement les be-
ſtes brutes, mais auſsi les enfans
tirent les mœurs & complexions
du laict duquel ils ſeront eſté ali-
mentez en leurs premiers ans.
Comme a bien monſtré le Poëte
Virgile parlant en la perſonne de
Dido, à Aeneas en ceſte maniere:

Iamais Venus la grãd' ne fut ta mere,
Ny Dardanus ce noble Roy ton pere,
Plus toſt ſerois de Caucaſe venu,
Faux deſloyal, & traiſtre deuenu.
De durs rochers fus engendré & fait,
Et allaicté de tygres en effect
Fiers & felons, & plains de cruauté,
Bien le fait voir ta grand' deſloyauté.

De l'election de la nourrice.

Aëce a en singuliere recommãdatiõ la nourrice, non celle qui a vne fois seulement enfanté, mais celle qui a enfanté deux ou trois fois, & enfans sains & vigoureux, & de laquelle la nourriture s'est trouuée saine, succulente & de bonne habitude. Auicenne estime plus celle qui a porté vn masle: mais ce neantmoins i'estimerois d'auantage celle qui a porté vne femelle comme plus conuenable pour la nourriture des enfans, l'intemperature desquelz doit estre corrigée par vn laict plus froid & humide, comme est celuy de la femme qui a porté vne fille. Or quant aux mammelles, Auicenne veult choisir celles qui sont massiues & solides, & moyennes entre dures & molles. Aëce blasme les mammelles par trop grãdes, pour auoir trop de laict: & les trop pe-

Quelles sont les bõnes mammelles.

tites aussi,pour en auoir trop peu. Il dit en outre que les grãdes sont le nez camus, ou recroché. Item quand le bout de la mammelle est trop gros, il nuit aux genciues: & quand il est trop petit, il greue les mandibulles,pour auoir peine à l'apprehender. Voilà quãt aux mammelles. Le laict bon & louable doit estre de couleur blãche, & de consistence ou espaisseur moyenne, n'ayant point plus de substance caseuse, que de l'aigueuse. C'est à dire qu'il ne soit ny trop espais, ny trop liquide. Item doit estre odorant, & doux en saueur : combien que Aristote soit d'opinion que le laict qui est liuide tirant sur le violet, soit plus cõuenable pour allaicter enfans,que le blanc. Item vous veux bien aduertir en passant, que tous laicts ne sont blancs. Car il n'est

Le bon laict.

rien plus certain que les brebis qui paiſſent aux praries, & chãps arroſez du fleuue Aſtaces, au païs de Leuãt, engẽdrent le laict noir. Le laict incõtinẽt apres l'enfantement eſt fort liquide (combien que aucuns veulent dire le contraire) & à ceſte cauſe il eſt mal ſain, & inutile. Item le laict ià vieil eſt du tout à blaſmer. Car auec le temps il s'eſpaiſſiſt par trop. Au ſur-plus quant à la nourrice, il la faut choiſir bien habituée, & que elle ne ſoit trop groſſe, ny trop greſle: ains de bonne charnure, & qu'elle aye le col ferme, & la poitrine large, que ſont ſignes de bõne complexion. Il faut en outre qu'elle ſoit de moyen aage, comme de dixhuit à trente ans. D'auantage, la beauté du viſage, ſert beaucoup à la perfection de la nourrice. Car les perſonnes dif-

Laict noir

Le vieil laict mauuais.

Election de la bõne nourrice.

formes ne ſont cõmunemẽt d'entendement ſain, ny de bon iugemẽt. Car tout ainſi qu'il y a colligance de l'ame au corps, auſsi y a il du corps à l'ame. Finalement il faut diligemment conſiderer les mœurs de ladite nourrice tãt naïues que acquiſes. Car elles ſont ſuffiſantes pour changer le laict, le faiſant plus colerique, ou plus flegmatique: & par conſequent peuuent immuer le temperamẽt de l'enfant, comme a ià eſté dit. Car il ne faut point faire de doute que la choſe nourrie, ne ſoit changée, par la diuerſité des aliments: comme a bien & ſcientifiquement demonſtré Ariſtote, & apres luy Galien.

Les mœurs de la nourrice.

Il faut dõq que la nourrice ſabſtienne de toutes affections vehementes. Et ſur tout de paillardiſe, laquelle luy apporte trois grãdes

Les trois incõmoditez aduenans à la nourrice paillarde.

incommoditez. Car ou cela luy fait venir ſes fleurs:ou par cela elle acquiert à ſon laict vne mauuaiſe qualité, & odeur meſchante: ou bien elle conçoit, & alors nature enuoye le meilleur ſang au nourriſſement de l'enfant conceu, & ne reſte pour faire le laict, que le plus vicié & le plus corrompu: ioint que par tels deſirs charnels, & affections deſordonnées le ſang ſe corrompt incontinent. Il eſt donques expedient, de refrener telles concupiſcences, auec laitues, cõſerue de nenuphar, & palõbes ou ramiers. A ce meſme eſt bon faire coucher la nourrice ſur feuilles d'agnus caſtus: & de luy faire exercer moderément le corps & l'eſprit auant le paſt, & de la nourrir à heures opportunes euitant toute repletion, & gardãt bon ordre en ſa maniere de viure,

Pour refrener la concupiſcẽce charnelle de la nourrice.

& la nourrir de bonnes viandes engendrans bon ſuc. Car Galien recite qu'vn certain petit enfant fut tout répli d'vlceres, pour auoir eſté nourry d'vn mauuais laict, & mauuais ſuc.

L'enfant nouueau né, requiert eſtre nourry de choſes humides, cõme l'aage ſur tous le plus humide. Il doit vſer du laict de la mãmelle iuſques à ce qu'il ayt produit les premieres dents, que ſera dedens les ſept premiers mois. Il luy faut en outre bailler les petits bains d'eau chaude, à fin qu'eſtãt entretenu en ceſte humidité & habitude molle, le plus longuement que faire ſe pourra, ce petit corps puiſſe paruenir à bõne grãdeur. Le petit branſlement doux & moderé qu'on luy fait au berceau, ou en licts pendants, ou bien entre les bras de ſa nourrice, *Regime des petits enfans.*

auec quelque gente chanſonnette luy appaiſe la douleur ſi aucune en a,& le prouoque à dormir. Cela luy eſt tant ſuaue & plaiſant, qu'il porte ſuffiſant teſmoignage, que les petits enfans ſont naturellement enclins à la muſique, & à l'exercice. A raiſon dequoy les nourrices ont accouſtumé de chãter certaines chanſons folletes, pour les inciter à manger & prendre leur nourriture,cõme eſt celle plaiſante de Pontanus contenue en ceſt Epigrame:

Chanſonnette que les nourrices chantent aux enfans.

Qui eſt celuy qui veult icy venir,
Cache Liſa,cache ton beau teton.
Ha, le voila qui le te veult rauir,
Cache, voy tu celuy mauuais garçon,
Qui te venoit ton petit tetin prendre?
Ha! garçonneau nous vouliez vous ſurprendre?
Venez mignõ,venez toſt,haſtez vous,
Ha le beau filz! cecy ſera pour vous,

Venez

Venez premier, que l'autre ne l'ẽporte.
Tu l'as gaigné, or ſerre à bonnes dents,
Et à deux maïs: & luy fermõs la porte
Allez mauuais ſortez d'icy dedens.

Il ſera temps que l'enfant commence à ſe mouuoir, & à ſe ſouſtenir de ſoy meſme, quand il cõmẽcera à ſe trainer: ou bien mieux quand il commencera à marcher: & ſe faut bien garder de l'y contraindre auant ce temps, de peur que les iambes encores debiles à ſouſtenir le faix & peſanteur de tout le corps, ne demeurẽt viciees & tortues. Auicenne dit qu'il leur eſt proufitable & vtile, de les laiſſer vn peu plourer, & puis de leur faire leſcher vn peu de bon miel auant que les allaicter. Et veult en outre qu'ils ne tettent que deux fois le iour, ou trois du plus. Car qui le remplira trop, & ſi ſouuent,

Le temps que on doit laiſſer ſouſtenir les enfans.

Quãd on les doit allaicter.

il on ſera plus endormi & pareſ-ſeux,le ventre luy enflera, & les vrines ſeront aigueuſes. Leſquelles choſes aduenans il ne luy faudra rien donner qu'il n'aye premierement conſommé & digeré la viande precedente.

La mode Françoiſe d'accouſtrer vn enfant.

En ce païs de Frãce on fait tout autrement que ne commandoiẽt les Anciens. Car en premier lieu, les ſages femmes lauent leur petits enfans nouueaux nez en vne conche ou baſſin auec eau moderément chaude & attrempee, & puis les eſſuient doucement auec linges mollets. Et ce fait elles les emmaillotent gentement, les enuironnant de bendes molles. Et ne leur font point d'aſperſion de ſel,comme commandoient Galiẽ, & Auicẽne. Et à la verité telle aſperſion ne me ſemble pas fort neceſſaire,attendu qu'ils ont le cuir

fort dēſe,& eſpais. Mais elles fail-
lent plus toſt de les allaicter tant,
& ſi ſouuent. Et auſſi qu'outre la
mammelle, elles leur font du pa-
pet & bouillie auec farine de blé
& du laict: viande grandement *Le papet*
blaſmee par Galien de laquelle *des enfans*
leurs nourriſſes les rēpliſſent coup *est à blaſ-*
à coup, auant qu'ils ayent à grand' *mer.*
peine vn an.

Or la couſtume eſt en ce païs de *Le temps*
ſeurer les enfans auant deux ans. *de ſeurer*
Et de fait Ægineta eſt de ceſte *les enfans*
opiniō, diſant que c'eſt beaucoup
d'allaicter vn enfant deux ans. Et
de ce temps faut paſſer à viandes
vn peu plus ſolides cōme au pain
premierement. Puis aux legumes,
à la chair, & ſemblables. Mais il
leur faut premier maſcher, & met
tre en leur bouche tendre. Or en
lieu de faire maſcher à meſſieurs
les enfans du Roy noſtre Sire,

Le regime qu'õ a fait tenir à messieurs les enfans de France.

i'ay commandé chaudeaux faits auec pain, auec pure farine de froment, amydon, amandes, außi fromentées, horgeats & semblables, ou auec miette trépée en brouët de chair de cheureau, de ieune veau, ou d'vn ieune beuf, de mouton, de chappõs, de poulets. Quelquefois ie leur faisois dõner d'vne aisle de chappon bouilli couppée bien menu, ou d'vne poitrine de faisan rosti, ou d'vne cuisse de perdris, ou de francolin semblablement haché. Il n'est point vtile aux enfans de boire du vin, ny mesme d'en gouster tant peu soit, encores qu'ils soient grandelets, encores moins estans plus petits. Ie les laissois dormir la grasse matinée, & puis dõnois ordre qu'on ne les leuast, que premier on ne leur eust donné vne douce frication & moderée, à laquelle, suiuãt

le conſeil de Galien, faiſois adiouſter vne petite onction d'huile doux. I'ay notamment dit frication moderée, pourautant que celle ieune chair nagueres aſſemblée eſt encores tendre & molle, ny plus ny moins que la ſubſtance d'vn fourmage nouuellement coagulé.

Quand ils ſont ſeurez, cõme ſur l'aage de trois à quatre ans, il les faut exercer non ſeulement à marcher, mais auſſi les faut mediocrement agiter ſur vn chariot, ou ſus vne naſſelle ou barque. Car leurs membres ſont ineptes à marcher, pour eſtre encores trop tendres.

L'exercice des enfans qui commencent à marcher.

Les humeurs eſtans au corps humain, ſ'euaporẽt, & exhallent par les pores, auſsi bien aux enfans ia grandelets, aſſauoir depuis ſix à douze ou treize ans, comme aux plus ieunes : tant à raiſon de leur

molle habitude,q̃ de l'abondante chaleur qu'ils ont en eux:à raiſon de laquelle chaleur ils ont beſoin
" de grãd nouriſſemẽt.Car(comme
" dit Hippocras en ſes aphoriſmes)
" ceux qui croiſſent(dit il)ont grãd'
" abondance de chaleur naturelle,
" parquoy ils ont beſoing de grand'
" nourriture,autremẽt leur corps ſe
" cõſommeroit.Et dit en outre qu'il eſt cõuenable aux enfans vſer en leur raiſon de viure de choſes humides, nõ toutefois indifferẽmẽt.

Le vin eſt contraire aux ẽfans

Car le vin leur eſt prohibé,à cauſe que eſtant prins par la bouche il humecte par ttop, & eſchauffe le corps, & rẽpliſt le cerueau de vapeurs, principalement à ceux qui ſont de cõplexion chaude & humide.

Le trop mãger rẽd les enfans ſtolides.

Item par trop mãger & dormir les enfans au deſſous de quatorze ans, demeurent ſtolides & hebetez,& en croiſſent moins.

Or maintenant il eſt temps de parler des aages, & de leur comparaiſon auec les parties de l'an. Parquoy faut premierement entendre que les enfans ſe portent bien au commencement d'Eſté. Dont s'enſuit qu'il n'eſt pas bon les accouſtumer trop toſt au froid. A ceſte cauſe Galien blaſme fort la ruſticité d'aucuns allemans, leſquelz plongeoient leurs petits enfans en l'eau froide de quelque fleuue incontinent qu'ils eſtoient nais:ne plus ne moins que qui trẽperoit vn fer tout rouge, & ardant en eau froide. Et ce aux fins de fortifier leur corps, & d'experimenter leur viuacité. Le plourer & interruption d'iceluy eſt proufitable aux enfans pour les faire croiſtre, attẽdu q̃ c'eſt vne maniere d'exerice de corps. Or les grã' delets endurent mieux les exerci

Comparaiſon des aages aux parties de l'an.

Le plourer eſt bõ aux enfans.

ces vn peu plus forts, que ne font les petits. Pourautant qu'ils ont les mẽbres plus robuſtes. De maniere que Galien permet le cheuaucher aux enfans de ſept ans.

L'aage apte aux diſciplines.

Ceſt aage de ſept ans eſt tres apte à former les mœurs des enfans, &à les inſtituer aux bõnes lettres. Car ſ'il faut diuiſer les diſciplines par hebdomades (comme veult Ariſtote aux Politiques) celle ſera la plus apte aux ſciences. Premierement donques, & deuant toutes choſes, il faut defendre vice aux enfans. Et leur faire haïr tant que faire ſe pourra generalement toutes choſes vilaines. Car communement nous aimons naturellement, & nous addonnons à ce que premier auons congneu, & en quoy auõs premieremẽt prins plaiſir. Parquoy il les faut inſtituer,& accouſtumer de bõne heu

re en toutes choſes bonnes, honneſtes, & ciuiles: & leur apprẽdre d'eſtre humbles, modeſtes, & biẽ temperans. Car ce que nous apprenõs en tel aage adhere mieux, & plus lõguemẽt, ſuiuãt ce qu'en dit Horace en ceſt epigrame,

Le vaiſſeau neuf imbu d'vne liqueur,
Long temps apres en gardera l'odeur.

L'aage d'adoleſcence, aſſauoir depuis quatorze iuſques à vingt ou vingt & vn ans, eſt la mieux temperée qui ſoit. Parquoy ceux qui ſont en tel aage ſe portẽt mieux au Prin-temps, qu'en nul autre. Et veulẽt eſtre nourris de viãdes temperées, prenant l'indication à l'aage, & couſtume d'vſer de choſes ſemblables. D'auantage l'adoleſcence comme la mieux tẽperée en toutes cauſes requiert la mediocrité. Parquoy l'adoleſcent comme ia naturellement robuſte, *L'adoleſcence eſt temperée.*

doit eſtre exercé en diuerſes peines & trauaux : moyennant que ce ſoit ſans exces, au moyen duquel le corps eſtant trop endurci, ne puiſſe croiſtre en ſa iuſte grandeur. A ceſte cauſe on leur defend le baigner en eau froide. Ariſtote ſur ce propos eſt d'opinion, que les adoleſcens ne ſont idoines auditeurs, ny capables de la philoſophie morale. Et ſemble que Plato les veult inſtruire en ce temps là aux armes, & autres offices appartenans à noſtre vie. Paulus Ægineta commande qu'ils ſoiét inſtruits tant aux arts liberaux, que mechaniques, & qu'ils s'occupent en diuerſes ſortes d'exercices, à fin que trauaillant le corps & l'eſprit, ils puiſſent refrener les aiguillons & aſſauts de Venus. Simplice veult que la ieuneſſe deſtinée à l'eſtude de philoſophie, cõmence

aux bonnes mœurs: veu que pour neãt auõs cognoiſſãce de la philoſophie naturelle ou diuine, ſi premier nous ne reiettõs les troubles & cupiditez hors de noſtre eſprit.

La ieuneſſe, c'eſt à dire l'aage ſuiuant l'adoleſcẽce, qui eſt de vingt à trente ou trente-cinq ans, doit eſtre conſeruée par cauſes ſemblables: ou corrigée par contraires en pareil degré. Parquoy ceux qui ſont en tel aage ſe portent mieux en Yuer qu'en autre temps. Et le vin leur eſt propice, pour-autant qu'il nourriſt, & humecte ce qui eſt ia vn peu trop deſſeiché, il amodere auſſi, & rõpt la vehemẽce de la colere, & l'euacue par ſueurs & par vrines. Mais il en faut peu & ſobrement prendre, pourautant qu'il prouoque à luxure, & ire: ioint qu'il trouble, & hebete l'entendement. Il ſemble en outre *De la ieuneſſe.*

que celuy ſeul aage eſt propice pour les mariages. Car les enfans engendrez de plus vieils & plus ieunes, ſont imparfaits tant du corps que de l'entendemét. Mais ceux qui ſont engédrez en la fleur de leurs parens quand ils ont le corps, & l'eſprit en leur force & vertu:ſont trouuez trop plus idoines & ſuffiſans pour diligemmét & dextremét executer toutes bõnes charges,meſmes appartenantes à la republique cõment qu'elle ſoit gouuernée, ou par monarchie,c'eſtadire quand vn ſeul en a la domination: ou par democratie, que ſignifie le gouuernement, du peuple, comme ſont auiourdhui pluſieurs republiques en Italie. Et ſous icelle ſont comprinſes deux autres eſpeces, aſſauoir oligarchie, & ariſtocratie, quand la republique eſt gouuernée par

La ieuneſſe eſt conuenable à mariage.

Trois formes de republique.

peu de gens, ou par les nobles & principaux du peuple. Sous ces differéces de republique faut aussi entendre les gouuerneurs commis par le Prince, comme sont officiers & magistrats qui ont iurisdiction, & authorité de commander. Pareillement au vulguaire & commun peuple, ceux qui sont en la fleur de leur aage, sont les meilleurs & plus idoines en tout, cōme pour estre laboureur, artisan, marchant, seruiteur. Aussi pour estre soldat à la guerre soit de pied ou de cheual, armé, ou sans armeures, cheuauleger, ou homme d'armes, par mer ou par terre.

La fleur de l'aage est la plus apte à toutes choses.

D'auantage faut entendre que toutes vieilles gens ne doiuent estre destournez de telles entreprīses, principalemēt quand les affaires sont menez & cōduits par cōseil, autorité, & raison. C'est à dire

par vertu & excellence d'esprit & bon iugement, & non seulement par force de corps. Car attendu que nous establissons trois especes de vieillesse, assauoir la vieillesse entrant, ayant encores quelque verdeur : la vieillesse moyenne & ià auancée, & la declinante, en laquelle on est ià sur le bord de la fosse, comme l'on dit communément. En la premiere espece on se peult encores bien acquiter de quelque bonne charge ciuile. Outreplus, veu que toute vieillesse est froide & seiche, il la faut corriger par causes contraires : humectant & eschauffant leurs parties solides, tant qu'il en sera de besoing. Telles causes sont le mouuement moderé qui se fait par frications, pour se faire porter, se promener, ou se baigner en eau douce & chaude. Item par boire, mãger, &

Trois especes de vieillesse.

La veillesse se veult estre corrigee.

dormir. La frication faite de matin auec quelques onctions est tres-vtile à vieilles gens, entãt que elle guerist les lassitudes, & excite la vertu distributiue assoupie : au moyen dequoy elle attire le nourrissement aux parties. On en peult vser souuent, moyennant qu'elle soit douce & petite, principalement à ceux qui ont les vertus ià debiles. Mais ou les vertus seroiét robustes, il seroit meilleur que la frication fust forte, & moins souuent administrée. Apres ladite frication il faut faire exercice : duquel les formes & manieres sont prinses de trois choses, assauoir de la disposition du corps, de la coustume, & des maladies. Car le vieillard bien composé, est apte à tous labeurs moderez. Mais celuy qui de sa naissance & premiere conformation n'a les parties fort

De la frication.

De l'exercice & de ses differences.

bien composées, il les debilitera plus par exercice, qu'il ne les fortifiera. Sinon que sous ce mot exercice on veuille aussi entendre tous mouuements moderez. Les exercices accoustumez delectent, & si ne lassent point: mais ceux que l'on n'a point accoustumez, faschent tost, & lassent incontinent.

De l'exercice des vieilles gẽs

Parquoy faut exercer les vieilles gens aux exercices accoustumez: encores que de soy ils soient aucunement dommageables: mais toutefois en diminuant de leur vehemence. Ceux qui ont le cerueau debile, doiuent exercer les iambes. Et au contraire à ceux qui ont les iambes debiles, est vtile d'exercer les parties superieures. Item ceux qui ont la region de la vescie, ou des reins debile, se treuuent bien d'exercer les parties superieures. Tout ainsi que le

ventre, le foye, & la rate ſont au milieu des parties ſuperieures & inferieures: auſſi ſont ils participans aux exercices d'icelles. Plus outre, Galien defend aux vieilles gens ſeulement, d'exercer les parties debiles. Pareillement doit on fuir la frication des parties debiles, au tēps qu'elles ſont affligées. Mais quand elles ſont ſaines, il eſt fort bon de les exercer par frication ſeiche. La frication en outre deſtourne les douleurs periodiques, c'ēſt à dire les douleurs qui retournent à certain tēps: moyennant qu'elle ſoit adminiſtrée entre deux periodes, & principalement deux ou trois heures auant l'acces. Car par telle frication celles parties ſont corroborées, en maniere qu'apres, elles ne ſont ſi promptes à receuoir la defluxion. Et ce eſt cōmun à tous aages, non

ſeulement aux vieils.

Regime des vieilles gens.

Le manger & boire qui ſe conuertiſt toſt & ſeurement en nourriture, eſt ſalubre aux vieilles gẽs. Nous auons dit toſt, de peur que la vertu ne luy defaille, auant qu'il ſoit conuerti en nourriſſement. Item auons dit ſeurement, par ce que leur chaleur ià debile ne peult vaincre tous aliments. Parquoy à telles gens les viandes humides ſont recommandées, entant qu'elles ſont de facile digeſtion : comme ſont le laict auec du miel : la mie de pain, les bouillons auec ſommitez de thym. Et toutes autres viandes de complexion chaude & humide, moyennant qu'elles ne ſoient pleines d'excremẽts, & qu'elles n'engendrent gros ſuc. A ceſte cauſe les choſes ſalées ſont meilleures aux vieilles gens, que ne ſont les fraiſches. Le vin pur &

net, odorant, & de bon goust, & d'aage moyen soit blanc ou clairet, leur est bon & vtile. L'heure la plus oportune qu'ils ayẽt pour dormir, est apres le past, principalement en Esté, lequel leur est non moins vtile que familier. Dont dit ainsi le Poëte:

Du dormir des vieillards

Auoir laué, & auoir son past prins
D'aller dormir le vieillard est apprins.

Item pour autant que les vieilles gens ont peu de chaleur naturelle, ils ont grãd' abondãce d'excrements flegmatiques en l'estomac, & aux intestins: & aux veines grande abondance d'excrements sereux. A cause dequoy il est necessaire de les prouoquer à vriner tous les iours, non auec medicaments qui soient fort diuretiques, mais seulement auec racines de persil, racines d'hache, auec miel, & auec vins subtils, ou auec vin

Pour prouoquer l'vrine aux vieils.

miellé qu'on appelle claré en Frãce, auquel auront trempé racines de persil. Cedit breuuage est aussi singulier à dechasser la pierre des reins aux vieilles gẽs. Pour ces raisons commãde Galien qu'on leur lache le vẽtre, si non tous les iours, aumoins vn iour, & l'autre non. Et non pas auec Aloë par ce qu'il desseiche. Mais plus tost auec huile qu'il boira auant le past, ou auec bouillons d'herbes laxatiues auquel on aura mis huile & garon des anciens, duquel auons cy dessus parlé : ou bien auec prunes de damas cuittes en vin cuit : ou auec figues, ou auec decoction de mercuriale autrement dite mercuise, decoction de brassica marina, decoction de carthamus, faite en ptisane. Ou auec terebinthine, laquelle non seulement lache le ventre sans aucun mal ny

Laxatif legers pour vie. ..s gẽs

violence:mais aussi nettoye les intestins.Il faudra donques vser de ces choses en diuerses manieres, chãgeant souuẽt maintenãt d'vn, tantost d'autre : attendu que nature ne s'esmeut point d'vne chose accoustumée.

Ceux qui sont fort vieils ayans le pied (cõme l'on dit) en la fosse, ne peuuẽt si bien endurer la faim, comme les autres. Car ils sont cõme les lampes quasi estaintes:ausquelles il faut continuellement peu à peu verser de l'huile, par ce qu'elles ne pourroient supporter qu'on en versast beaucoup tout à vn coup & soudainement. Par semblables raisons faut bailler à manger à telles gens peu & souuent. Suiuant ceste reigle Antiochus estant en l'aage de quatre vingts ans, faisoit trois repas le iour. Et feu mõ pere lequel auoit

Les vieils doiuẽt mã ger peu & souuent.

cent ans paſſez quand il trepaſſa, en faiſoit quatre, principalement en Eſté. Auquel temps il dormoit le plus ſouuẽt de ſuriour. Son deſieuner eſtoit communemẽt d'humer vn œuf, & manger vn peu de pain, & boire vn peu de vin. Au gouſter ou reciner, il mangeoit quelques grains de raiſins cõfits, ou vne roſtie en vin faite auec ſuccre & vn peu de poudre de canelle. Ou d'vn marcepain fait auec amandes, ſuccre, pignons, & eau roſe. Au diſner & ſoupper il vſoit de bonnes viãdes engendrãs bon ſuc, & de bonne digeſtion. Il procuroit le benefice du ventre auec prunes de damas cuites en eau & ſuccre, prinſes à l'entrée ou auec decoction d'herbes bien condies auec huile : ou, ſi meſtier eſtoit, auec vn electuaire composé de caſſe, maulue, carthamus, miel

rosat, & decoction de raisins & figues, lequel estoit saupoudré de canelle, aucunefois auec vn clistere remollitif. Il vuidoit facilemét les excrements sereux par l'vsage du vin blanc, ou pour manger de l'ache, du persil, de crethemarine, cresson alenois, & semblables. Auant le past il faisoit l'exercice accoustumé à pied, ou à cheual. Car de se faire porter en chaire, ou en littiere, il ne l'eust pas souffert. Quand il estoit de retour en sa maison aux heures idoines, il lisoit, il escriuoit & dictoit le tout sans lunettes. Apres le past il deuisoit des affaires domestiques auec sa femme ma mere, & auec ses seruiteurs. Et quelquefois il iouoit aux eschets, ou aux tarots auec les amis & voisins: lesquelz il auoit souuent en sa table. En ceste maniere a vescu en repos, & tranqui-

lité d'eſprit, auec integrité de ſens, viuacité d'engin, & force corporelle en l'amitié des Princes, & du peuple, iuſques au dernier iour de ſon aage. Auquel temps eſtant aſsis en ſa chaire, il eſt treſpaſſé de mort naturelle, ſans ſentir douleur aucune, & ſans plaindre ny gemir. Car de telle mort meurent communément ceux qui demeurent longuement en vieilleſſe, & qui ſont (comme diſent les Grecs) de meſme aage q̃ les nymphes. Donques, comme dit Hippocras, la meſme chaleur qui a engendré noz corps, nous fait mourir en noſtre grand' vieilleſſe. Et de ce a eſté fait ceſt enigme,

Vne choſe eſt qu'auecques moy eſt née,
Et tout ſoudain auecques moy mourra:
Et celle là qui mourir me fera,
Viure me fait par ſeure deſtinée.

Or ſi on pouuoit retarder la vieilleſſe, & empeſcher qu'elle ne vint ſi toſt par quelque bonne raiſon de viure ayant vertu d'humecter (comme veult Galien) paraduenture ſembleroit il choſe poſſible de la pouuoir euiter, & de la guerir. Car ce qu'on ne peult oſter, ne peult eſtre diminué. Et de fait au temps de Galien eſtoit vn philoſophe noble de race, nommé Philippus, lequel meiſt en lumiere vn liure, par lequel il enſeignoit le moyen pour ſe garder de deuenir vieil. Or diſent les Eſpaignols ſur ce propos qu'il y a des fontaines de Iuuence en certaine iſle occidentale nommée Bona, laquelle eſt bien loing par dela vne iſle des terres neuues nommée Hiſpaniola, qui eſt autant à dire comme la petite Eſpaigne, & ſont ainſi nommées ceſdites fontaines

Des fontaines de iuuence.

pour-autant qu'elles ſont reieunir les vieilles gens qui en boiuent. Item en Hyrlande eſt vne autre iſle nommée l'iſle de vie, laquelle (à ce qu'a eſcrit Vitalis du Four Cardinal) ne dõne entrée à quelque beſte venimeuſe que ce ſoit: & cõtregarde fort longuement la ieuneſſe des perſonnes: & les fait durer longuement en leur vieilleſſe. Il eſt auſſi tout notoire que auant le deluge, les hommes viuoient fort long temps.

L'iſle de vie.

Eſt-ce point pour autant que par le deluge toutes choſes ſont eſté viciées & corrompues? veu que au-parauant l'air eſtoit plus clement, pur & ſalubre, & les aliments plus exquis & excellẽts: & que les perſonnes viuoiẽt plus ſobrement que maintenãt? Et pour ces cauſes il eſt vray ſemblable qu'alors les perſonnes eſtoient de

Raiſon pourquoy on viuoit plus auãt le deluge.

meilleur temperamẽt,& par conſequent de meilleure conformation,& cõplexion treſbõne. Dont ils eſtoient plus ſubtils & ingenieux , & naturellement bien inſtruits. Et par-ainſi ils auoient la vraye cognoiſſãce des proprietez, & choſes naturelles. Au moyẽ dequoy ils pouuoient ainſi prolonger leur vie en ſi longues années. Car il ſe treuue q̃ Apolloniꝰ Tyaneus à l'ayde de certains anneaux a veſcu plus de cent & trente ans en ſanté. Combien qu'il ſoit eſté long temps apres le deluge.

Quant à moy ie n'eſtime point que la felicité de noſtre vie cõſiſte aux richeſſes , ou en l'abondance des biens: ny en cours de princes, ou en guerre: ny en gloire, agriculture, ou en la vie des gẽs d'Egliſe: ny aux arts, ou ſciences : ny en volupté, ou indolẽce, comme Facius

En quoy conſiſte la felicit[illegible] de [illegible]re vie.

bien mōſtré en ſon dialogue de la felicité de la vie : mais elle conſiſte plus toſt en la ſanté & longitude de vie, laquelle approche le plus pres, & prepare le chemin à celle immortalité, & beatitude, de laquelle iouiſſent eternellement les ames bien-heureuſes des chreſtiens, en ces tant beaux & tant heureux ſieges de Paradis. Dont dit ainſi le Satyrique:

Il faut prier que l'eſprit bien poſé,
Dens vn corps ſain, ſoit gentemēt poſé.
Car le Seigneur (comme Menander dit)
Exaucera du vray iuſte le dit.

Pour prolonger la vie.

L'vſage de la chair des viperes & ſerpens produit & allongiſt la vie humaine, auſsi faut vſer ſouuent d'vne herbe nommée Ambroſia. Et ce qui ſe fait par quelque proprieté, ne ſe fait ſans raiſon. Item tout ce qui eſt ſemblable au temperament de l'homme,

cóme le beurre, l'huile, l'huile de violiers, ou de keiri, & les œufs, tout cela eſt fort proufitable aux bien temperez. La reguelifſe eſt de ſubſtance prochaine, & fort ſemblable à noſtre corps. Item font viure longuement toutes les choſes qui corrigent les diſcraſies & mauuaiſes complexions, qui augmentent les forces, & fortifiét tout le corps & ſes parties, auſſi celles qui conſeruent la ſanté, & la ieuneſſe. La chair de l'eriçon terreſtre ſeichée, & miſe en poudre, & priſe en breuuage eſt proufitable à ceux qui ſont de mauuaiſe complexion & corrompue. Le brouët de geline, ou poulet amẽde les diſcraſies & mauuais temperaments, par ce qu'il rectifie les humeurs. Auſſi fait le laict prins en breuuage. La chair de ſerpent renforce les vertus, l'eau froide

fortifie toutes les facultez naturelles en leurs actions, moyennant qu'elles soiét auec equalité & bõne téperature. Les figues seiches, & le laict prins en breuuage en font autant. Le vin augmente la chaleur naturelle, vitale, & animale, & principalemét s'il est muscat. La feugiere conforte les vertus, aussi fait le bois d'aloës, & la cõfection de alliis d'Auicenne. Le corps & les membres sont fortifiez par l'vsage des choses qui s'ensuiuent, comme entre les pains, celuy qui est fait de tonselle: entre les chairs, celle de canard, & autres: testes d'animaux, chair d'austriche, moyennãt q̃ l'estomac la puisse bié digerer: les œufs, huile d'oliues, le vin, les passerilles ou raisins confits, les figues prinses auec poyure & gingébre: grenades aigres, poires, coings, poires

cuittes,la chaſtaigne auec poyure, les pignons , le millet. Item la pourchaille mangée fortifie ceux qui ſont debiles, le ſumac,la mente , le cinamome ou canelle , le gyrofle,le ſaffran,le macis , le bois d'aloës , le calamus aromaticus, le grãd cardamome,la gallia moſchata,le miel , le ſuccre roſat , les myrabolans.

Entre les ſimples qui rendent la ſanté meilleure ſont l'abſynce autrement le fort,l'adianthum blãc, la roſe , le melilot , la garence , le gland,le licium, le ſtyrax , la terre ſigillate,l'aloë,le ſtœchas, la ſquille,& le vinaigre ſquillitif,l'acacia, les balauſtes, la galle,le maſtic , le memithe,l'encens,le ladanum , la piuoine,l'hypociſtis,la cuſcute autrement goutte de lin , lymaçons cruds pilez,le mirthe,l'huile de lis, & roſat,& de maum , le rheubar-

Les ſimples qui font la ſanté meilleure.

be,le rheupõtique, vn petit d'encens fait la ſanté meilleure.

Les cõpoſitiõs pour cõſeruer la ſanté.

Les compoſitions qui conſeruẽt le corps en ſon integrité ſont le diambra, l'aromaticum roſatum de Gabriel, l'aſmidarium d'Auicẽne, electuarium de artemiſia, roſata nouella, potio moſchata, ſtomachicum frigidum, theodoricũ, & la theriaque.

Pour preſeruer la ieuneſſe.

Preſeruatifs de ſanté & ieuneſſe ſont le ſyrop d'abſynce, le vinaigre ſquillitif, le ſang de canard beu auec du vin donne ſanté, force, & bonne habitude. Auſſi fait le cõtinuel vſage d'ongnons. Celuy qui beura chacun iour ius de malues, ſera exẽpt de tous maux à ce que dit Pline. L'vſage des myrabolans cepules confits maintient la perſonne en ſa ieuneſſe. Item le frequent vſage de la ſarriete maintiẽt l'homme en ſanté, de ſembla-

ble

ble vertu eſt ſal ſacerdotale. La cõfection Alharif de meſme ſelon la premiere & ſeconde deſcription preſerue l'homme en ſa ieuneſſe. Le meſme font letificans Meſue, & le kabit, donum dei, & electuarium regum de Auicenne. Item, l'electuaire de Cabadi Roy, & le ſyrop de Democritus preſeruent de tous maux celuy qui en vſe. Auſſi font le theodoricũ magnũ, la theriaque, le triphera ſarracenica, le triphera de Ioanicius, trochiſci de ſtella, leſquelz retardent la mort. L'electuaire de ius de ſquille compoſé auec miel, conſerue la ieuneſſe en ſon eſtre.

Et entre les medicaments qui purgent, ſont bons à ce meſme l'aloë, duquel qui vſera ſouuent, ne trouuera maladie en ſon corps, ny aux inſtrumẽts de ſes ſens, qui ne ſoit curable. L'vſage du ſené cõſer

ue la perſonne en ſa ieuneſſe, & le rend ioyeux par ce qu'il euacue l'humeur melancolique. Le veratre noir, autrement dit hellebore donné en temps oportun, & aux perſonnes auſquelles il eſt conuenable corriger leur tēperamēt, le leur rēd meilleur: & par cōſequēt il amende les mœurs, & rend le corps plus ſain, & plus ieune. Les pilules lucis maiores & minores conſeruent le corps en ſanté.

Preſeruatifs à prolōger la vie.

Il y a en outre pluſieurs choſes leſquelles eſtāt appliquees en ſorte qu'elles touchēt cōtinuellemēt, elles ont vertu de prolōger la vie, cōme la pierre precieuſe nommee heliotropia, ointe du ius d'vne herbe de ſemblable nom, & ainſi appliqué comme dit eſt: fait viure la perſonne longuemēt, & en ſanté. Le lapis lazuli conforte le corps, & le deliure de tout mal & dan-

ger. Il recrée l'eſprit, & reſiouiſt la perſonne, la conſeruant longuement en ſa fleur, & donne vie heureuſe & bien fortunée. La calcedoine pendue au col, fortifie les vertus naturelles. Autant en fait le cœur d'vn auſtur à quiconque le portera ſur ſoy, & l'agathe de Candie, la iacinthe, & le ſaphir: auſſi fait vn preſeruatif de veau marin, pẽdu au col, lequel nõ ſeulemẽt deſchaſſe les maladies, mais auſſi defend de toute infortune.

De l'aage viril, & ce qui luy eſt propice.

A ceux qui ſont en la force de leur aage, le laict eſt vtile, & l'epithymus auſſi. Item la confection de Alliis laquelle reduit les perſonnes en la forme d'adoleſcence: & en la vigueur d'icelle les conſerue la triphere de Ioamutius cy deſſus mentionnée.

Choſes bõnes aux vieils.

Aux vieils ſont vtiles l'ãbre, le fenouil, les figues, le laict auec miel,

le miel,le vin cuit, les myrabolans kebule, l'epithymus, le carthamus, le ſus, le ſarcocolle, le benioin, le medicament de figues ſeiches, la confection nommee Cãdican,& Caquebinegum. Le medicament de Haliabbas mentionné au chapitre de la memoire bleſſee,medicament glorioſum de Serapion, & le methridat.

Choſes proufitables aux enfans.

Aux enfans eſt bon & proufitable le beurre ſeul, ou auec miel. Le parfum fait auec l'herbe ſarraſine autremẽt nõmee ariſtolochia leur fait recouurer ſanté,& les tiẽt ioyeux. Item le parfum d'armoiſe diuertiſt toute inuaſiõs & courſes, & les rẽd pl⁹ ioyeux. Le parfum de l'herbe de feugiere fait conualoir les enfans langoureux. Le parfum de la tãnerie autremẽt de l'eſpargoulte, rend les enfans ioyeux, & les garde de toute infortune. Itẽ

l'or pẽdu au col,& les coraux leur ſont treſvtiles. Car outre ce qu'ils les reſiouiſſent ils cõtrariẽt à l'humeur melancolique, & reſiſtent aux enſorcelleries,& au mal caduque. L'ambre blanc & iaune ſont pendus au col des enfans pour vn preſeruatif contre tous enchãtements, difficulté d'vrine, fieure,& contre toute douleur de col. L'vſage des choux domeſtiques les font plus toſt marcher. Auſſi fait la poudre de ſquille torrefiée.

Contre les fantaſmes suruenans aux petits enfans.

Cõtre la peur, terreur,& eſpouuantement,& cõtre les fauſſes viſions & phantaſmes qui ſuruiennent cõmunément aux petits enfans, attendu qu'eſtans nouueaux nais, atteins & enuironnez de la mutation de l'air, ils ont ſouuent grandes frayeurs:& qu'ils ont ſouuent ſonges terribles & eſpouuãtables cauſez des vapeurs qui s'eſ-

leuent de leur eſtomac,par ce q̃ la viãde s'y corrõpt aiſémẽt : & que les mauuaiſes & acres humeurs aggrauent & piquẽt,& ledit eſtomac, & ſon orifice. Puis dõc qu'il faut remedier aux maladies par leurs cõtraires,&nõ par leurs ſemblables, il faut premieremẽt & deuãt toute autre choſe bien & dextremẽt attrẽper l'air de la chambre ou la mere enfãtera.Puis faut faire deſcẽdre de l'eſtomac du petit enfant les humeurs acres, ou viande corrompue qui y peuuent eſtre:& ce au moyẽ d'vn lohot cõpoſé auec ſuccre fort fin, & huile d'amẽdes douces,ou auec huile ſeſamin.Lequel lohot nettoye merueilleuſemẽt bien l'eſtomac & les inteſtins,de telles corruptions.

Preſeruatifs pour les petits enfans. Pour preſeruatif à ces petits enfans eſt bon leur pendre au col la dent d'vn lieure, ou de leur faire

porter vne peau de lieure,ou quel que portion de la peau d'vn aſne. Item leur eſt bon porter la dent d'vne chienne, ou d'vn dauphin pendue au col, ou de la fiente de lieure attachée en quelque linge, ou ſoye. La dent d'vn loup & la peau auſſi empeſchent que les vapeurs ne luy mõtent au cerueau. L'œil droit d'vn ours deſſeiché & pendu au col, leur eſt bon contre toute peur & frayeur, auſſi eſt la pierre d'azur, & la marchaſite, la pierre echites les entretiẽt en ſanté. La pierre melochites preſerue le berceau de l'enfãt de tout encõbrier,& en dechaſſe toute infortune. Aucuns meſpriſent & blaſmẽt les anneaux fabriquez par ſcience naturelle,&les pierres precieuſes, & ſemblables preſeruatifs, pourautãt qu'ils ignorẽt certaines grãdes proprietez occultes, qui ſont

Cõtreceux qui ſe moquent des anneaux, pierres precieuſes, & autres preſeruatifs.

cachées en telles choſes:leſquelles ne ſe peuuent cognoiſtre que par experience, à cauſe dequoy telles gens ignares n'y peuuent croire pour ne les auoir experimentez. Mais les ſages, & excellens en la congnoiſſance des choſes naturelles, y ont trouué par long trauail & eſtude de vertus ſingulieres, admirables, & plus que treſſalubres à dechaſſer & guerir plusieurs maladies eſtrãges. Et à ceſte cauſe commandoit Galien de porter la iaſpe, & la racine de Peonia, à fin que ie me taiſe de Trallian, Aëce, Ægineta, & autres tant Grecs que Arabes, & d'vne infinité de Philoſophes & medecins, tant modernes que anciens de grand ſauoir, grande renommée, & treſgrande experience. Mais quant à moy ie ſuis de ceſt aduis & opinion, qu'on ne doit meſpri-

ſer en ces choſes, que ceux là ſeulement ou il y a ſuperſtition, enchantement, & ſemblables reſueries. Dont diſoit bien & à propos le Poëte Ouide,

A l'enchanteur foy tu ne dois donner,
Ny au ſorcier ſi toſt t'abandonner.

Combien que Manlius, & Virgile ayent eſcrit le cõtraire. Mais, comme nous auons dit en noſtre traité des fieures, ny les paroles, ny les caracteres des enchanteurs ne peuuent auoir aucune efficace, ny pour raiſon de la forme accidentale, que n'eſt autre qu'vne diuerſité de prononcer les paroles, ou de figurer leurs caracteres: ny auſſi pour raiſon de leur ſignification, qui eſt la principale forme.

Des attournements, & maniere d'embellir & farder la face, là ou sera außi touché de la grosseur, & gracilité qui doit estre au corps.

CHAP. IX.



ALIEN atteste qu'il y a vne partie de medecine laquelle monstre la maniere de s'attourner honnestement, l'office & deuoir de laquelle est de bien garder ce qui est de naturel en la personne. Dont s'ensuit beauté naturelle, laquelle cõsiste en couleur viue & gaye, en moyenne grosseur & bonne charnure, & en bonne proportion des membres. Parquoy Plotin l'a ainsi voulu definir: Beauté (dit il) n'est autre chose qu'vne grace procedant d'vne proprieté, & ageancemẽt de plusieurs belles choses. La-

En quoy consiste la beauté corporelle.

Definitiõ de beauté.

quelle definitiõ cõuient à l'vne & l'autre beauté. Assauoir à l'interieure laquelle procede de vertu:& à la beauté corporelle procedant d'vne plaisante harmonie de bõs accords:ou bien d'vne gente proportion & symmetrie de tout le corps.Et de ceste derniere, Aristote a ordõné à chacun aage la sienne.Car la ieunesse a sa beauté, l'adolescẽce la sienne, la vieillesse la siéne,&ainsi des autres.Et a prins la definitiõ de beauté,plus tost de la parfaite & entiere actiõ des parties, necessaire à la vie : q̃ de ceste elegãce,& forme de visage,que le vulgaire appelle beauté: principalemẽt aux vieillards.Cõbiẽ q̃ selõ l'opinion du Roy Archelaus, La vieillesse des beaux est tousiours belle. Mais d'ou vient q̃ tout hõme viuant, est merueilleusement esmeu de beauté? Est-ce point à

Pourquoy beauté attire toutes personnes.

cauſe que tout ce qui eſt beau(cõme veult Cælius) eſt prochain & allié de l'ame, & à ceſte raiſon il eſt amiable,& par cõſequent, appeté de tous?Or tout ce qui eſt deſiré,ou il eſt bon,ou pour le moins il a apparence de bonté. Ou ſi ce ſeroit point plus toſt,pour-autant qu'en Hebreu bel & bon ſont deſignez par vn meſme mot,aſſauoir par ce mot (tob). Dont il ſenſuit manifeſtement que bonté n'eſt point ſeparée de la vraye beauté, ny la beauté de bonté. Et pource vouloit Periander qu'on louaſt les
„ belles choſes. Et Menander,ô(dit
„ il) que beauté eſt douce,& amia-
„ ble, quand elle eſt accompaignée
„ de vertu , & ſapience!Et non ſans cauſe le vulgaire prend bon augure de rencontrer vn beau perſonnage.Mais au contraire il eſtime luy eſtre malheur de rencon-

trer vne perſonne laide & diffor-me.Dont Saluſte meſme quand il veult nommer quelqu'vn cruel, il vſurpe ce mot, turpis, qui proprement ſignifie laid, & difforme.Il ſemble en outre, que ce que eſcriuent Plato,& Plutarque,touche à la beauté : mais plus toſt à celle qui eſt vaine & exterieure, qu'à la vraye & interieure. Or ils diſent, que les anciens honnoroient les perſonnes blanches cõme neige, comme les enfans des dieux.Et ceux qui eſtoiẽt de couleur brune,ils les honnoroient cõme gens vertueux, & viriles. Item ceux qui auoient le nez aquilin, ils eſtimoient eſtre enfans de Rois, & de cœur Royal.Et les camus ils diſoient eſtre humains & de bonne grace. Et quand ils rencontroiẽt vne perſonne paſle, ils le ſaluoient en le baiſant.

Galien a voulu ſeparer des parties de medecine l'art de farder, par ce qu'elle met tout ſon eſtude en choſes vaines & friuoles: comme par trop affectionnée à introduire vne fauſſe beauté. Laquelle n'eſt en rien differente à l'oſtentation & gloire des hiſtriõs & baſteleurs: & eſt autant mal ſeante à la beauté, que la diſſimulation aux mœurs. Toutefois que Xenophõ en ſa Cyropedie introduit Cyrus monarque treſſage, lequel choiſiſt vne robbe de medecin, par ce qu'elle pouuoit cacher les imperfections, ſi aucune eſtoit en ſon corps: ioint q̃ ceux qui ſont veſtus de telles robbes, ſe monſtrent plus beaux & plus longs. Il permettoit en outre à ſes familiers de ſe peindre les yeux de couleurs, pour ſembler les auoir plus beaux. Auſſi leur permettoit de s'oindre la fa-

ce auec certains onguents, pour auoir plus belle couleur que n'estoit la leur naïue & naturelle.

Et quant à moy certes ie n'estime point que ce soit mal fait, d'vser aucunefois de telz ornements: principalement aux ieunes & chastes Vierges, & aux honnestes Matrones, & femmes d'honneur: quand elles ont quelque tache qui leur enlaidist la face. Ie laisse à part, que les grands & sages medecins sont aucunefois cõtraints d'obeïr aux Roynes, aux Princesses, & autres grands dames: ausquelles (comme dit Galien) il ne faut rien refuser. A ceste cause suis deliberé de parler icy, & en peu de paroles de la maniere de s'embellir & orner la face, & autres parties du corps, le mieux que faire se pourra, commenceant à la forme

Les atours ne sont à blasmer.

naïue, & decente de l'homme. De laquelle dit ainsi Ouide,

L'homme viril sur tout doit cõuoiter
La netteté syncere, & sans ordure.
Mais quãt au taït, ne se doit coulourer,
Sinõ de l'air par chaud, et par froidure.
Bien luy cõuient que son habillemẽt
Soit pur & net, au corps bien aduenãt.
Sa langue il doit en bouche contenir,
Et doit ses dẽts sans rouille maintenir.
Souliers trop lõgs, ny larges doit porter,
L'õgle au bout noir, ny lõgue cõporter.
Barbe & cheueux soient rongnez proprement,
Le poil du nez le soit pareillement.
L'halaine en bouche n'aura mauuaise odeur,
Ny en son nez du bouc la puanteur.
Mais quant aux fards & attours fantastiques,
Laisser les faut à ces folles fillettes,
Ou à ces fols, delicats frenatiques,
Aimãs trop mieux masles q̃ pucelettes.

Apres

Apres cecy nous monſtrerons la maniere de croiſtre ou diminuer la corpulẽce de la perſõne. Et puis commẽt on doit corriger les vices & erreurs du poil, & du cuir. Ainſi mettrons fin en ceſt œuure.

L'eſpaiſſeur & gracilité ſont aucunefois vices de tout le corps, & aucunefois de q̃lques parties ſeulement. Quelquefois auſſi ce n'eſt point maladie: ains ſeulement vne diſpoſition declinante de la parfaite ſanté. Car tout ainſi que le temperament trop chaud ou ſec rend le corps greſle. Auſſi le froid & humide, le rend gras & eſpais, ce qu'on cognoit clairement par les ſignes de la bonne temperature. Plus outre, quand la complexion graſſe n'apporte point de peſanteur, elle n'eſt pas fort à blaſmer, pour-autant que noſtre vie conſiſte en humidité. Il aduient

De l'habitude corporelle.

ce neantmoins aucunefois que la grand' repletion de chair, & bonne habitude de ceux qui s'exercẽt fort, leur apporte de grands & espouuentables dangers : car tout ainsi comme les gresles sont subgetz aux maux de cause exterieure : aussi sont les gras & replets à ceux qui sont de cause interne. Parquoy aux gras & replets faut ordonner choses qui puissent rendre leur complexion plus seiche, & par consequent les rendra plus gresles. Comme de se tenir souuent & longuement au Soleil, s'exercer fort en temps chaud & sec, se faire bailler longues frications auec sel & nitre, auãt le past, non toutefois apres. Se baigner en eaus chaudes, salées, & nitreuses, endurer estuues seiches, se charger d'affaire & soucy, manger peu, & se nourrir des viandes peu nour-

Maniere de amaigrir & faire gresles les gras & replets.

riſſantes & attenuantes. Vſer auſſi de medicaments qui ont vertu d'extenuer, dormir auant le paſt. Item par ce telle groſſeur & repletion ſuperflue eſt ſouuent cauſée de la redondance d'vne bonne & louable matiere, & de vertu forte : il eſt de beſoing la corriger par cauſes contraires : parquoy leur faut diminuer & debiliter la digeſtion, & augméter la tranſpiration. La digeſtion ſe diminuera par flux de ventre continuel, auquel quand les partiesinſtrumentales ſeruans au nourriſſement ſeront accouſtumées, elles lacherõt, ou pouſſerõt en bas tout ce qu'elles contiẽdront. L'exhallation ou tranſpiration croiſtra, par grand & ſoudain exercice comme par courir, pour ſoindre & frotter lõguement & mollement auec onguents reſolutifs à fin d'amollir

Deux manieres pour reduire l'homme gras à mediocrité.

& relaxer le corps. En ceste ma-
niere Galien reduit en peu de tẽp
vn homme fort gras & replet à s
mediocrité. Premierement il le
contraingnoit de courir fort roi-
de, & apres luy faisoit essuyer sa
sueur auec vn linge fort mol, ou
fort aspre. Cela fait, il le faisoi
longuement frotter auec medica-
ments qui delassent:& puis le fai-
soit descendre aux bains,apres ce-
la ne luy donnoit encores rien à
manger, ains le laissoit premie-
rement vn peu reposer,ou biẽ fai-
re quelque œuure accoustumée
puis le remenoit audits baĩs pou
la seconde fois & au sortir il l
saouloit de viandes peu nourris-
santes.

La metho-de de Galien pour reduire vn hõme gras à mediocrité.

S'ensuiuẽt en general les reme-
des qui ont vertu d'extenuer l
corps,assauoir le bain d'eau chau-
de,principalemẽt quãd elle est sa

Remedes pour extenuer.

lée, s'exposer au Soleil fort chaud. Aussi toute chaleur, souci, ennuy, le trop veiller, le trop, & trop peu dormir, coucher sur terre en Esté, & l'Yuer en lict dur, le courir, beaucoup promener, & tout exercice violent, le vomissement, flux de vẽtre, vser de choses aigres, austeres, & aspres, ne manger qu'vne fois le iour, s'accoustumer à boire tous les matins à cœur ieun enuiron deux onces de vin pur, qui ne soit par trop froid, vser de viãdes seiches & arides, froides, & endurer la soif.

Autres remedes pour amaigrir.

Item amaigrissent le frequent vsage d'vne gomme nommée lacca, d'aloës, de colutea autrement nommé baguenaudier, qui est le sené de Ruellius. Plus amaigrist boire tous les matins vne dragme de vernis auec eau, ou auec oxymel. Telle vertu aura le vin de

grenade recentemẽt tiré prins de matin auec oxymel. Ou, qui eſt plus fort & plus violent, faut boire tous les matins vn trait de vinaigre auec poyure. Ou bien faut cõtinuer cinq ou ſix matins à boire trois onces de la decoction faite de fleurs de coudres bouillies en vin. Auſſi eſt bon à ce de prendre tous les matins trois grains de ſarcocolle, ou bien vn petit cuillier plein de la poudre qui ſenſuit.

La poudre de Capella pour euacuer.

Prenez deux dragmes de tartre, cinamome & gingembre de chacun vne dragme, & trois dragmes de ſuccre fin, le tout ſoit mis en poudre fort ſubtile pour en vſer comme dit eſt. On ſe peut en outre faire leuer de la graiſſe par vn Chirurgien, comme recite Pline d'vn fils de Conſeiller, lequel ſen trouua grandement allegé.

D'vn fils de Conſeiller lequel ſe fiſt oſter de la graiſſe.

Greſleté procedãt d'vne indiſpo-

sition chaude & seiche veult estre corrigée par alteration, c'est à dire par raison de viure froide & humide, auec exercice, non point fort ny violent, mais bien qui soit lent & doux. Il y a aussi quelques complexions ausquelles l'exercice est inutile, assauoir ceux par le cuir desquels exhalent excremēts acres, piquants, & chauds: & à telles gens suffira le promener, le bain, ou les frications molles faites auec huile. Le bain prins apres le past, est aussi bon à telles natures, moyennant qu'il ny ait douleur, pesanteur, ny tension au ” costé droit. On ne sauroit croire ” (dit Galien) comme aucuns sont ” deuenus gras par telle raison de viure.

Pour corriger la gracilité procedant de cause seiche & chaude.

Semblablement faut corriger la gracilité procedant d'indispositiō froide & seiche, par raison de vi-

Pour corriger la gracilité venāt de cause froide & seiche.

ure contraire:comme par viandes chaudes & humides, par boire bõ vin, par euacuation des excrements qui iournellement s'aſſemblent au corps,par le long dormir, par exercices moderez, pour s'abſtenir totalement de femmes, & pour vſer de pications, qui ſont cataplaſmes faits de poix ſeiche fondue en huile.

Pour corriger la gracilité venãt de imbecilité

Mais la gracilité venant d'imbecilité naturelle de la faculté diſtributiue, ou de la nutritiue, ou des deux enſemble ſera corrigée, faiſant attraction de bon ſang en tout le corps,en confortant la vertu nutritiue, & empeſchant la trãſpiration qui ſe fait par les pores. Or le ſang & nourriſſement ſerõt diſtribuez en toutes les particules, & la vertu nutritiue confortée en ſuſcitant la chaleur naturelle en la ſubſtance carneuſe:

laquelle chose se fera par exercices moderez, & par bains temperez, principalement si auant qu'y entrer vous faites vne frication vniuerselle auec la main moyenne entre molle & aspre sur tout le corps, tant qu'il vienne à rougir. Et apres ledit bain faut faire vne autre frication petite, pour resserrer & endurcir le cuir. La picatiō sert aussi grandement à la distribution de l'aliment, & à la nutrition. Finalement vous empescherez la transpiration du sang attiré aux parties, en oignant leur corps auec huile, ou auec blanc d'œuf fort agité auec vn baston, ou en le lauant d'eau froide, moyennant que l'aage s'y consente. Item la frication du soir apres souppé est singuliere à ceux qui sont en chartres, & que leur corps ne peult prendre nourrissement. Et celle

La fricatiō du soir

qui eſt adminiſtrée le matin auec huile a gueri en peu de tẽps plusieurs ieunes gens emaciez, & plusieurs autres qui auoient faute d'aliment. Item Galien atteſte auoir reſtauré plusieurs extenuez par ces quatre moyens : aſſauoir par frication faite auec linges, par aſperſion d'eau chaude, par frottement auec medicamẽts chauds ou auec huiles, & par ſimple pication ou dropace.

Quatre moyens pour extenuer.

De l'habitude de greſle.

Celſe voulant comprendre en peu de paroles les remedes pour corriger l'habitude greſle, & augmenter la corpulence, dit ainſi,
„ l'exercice modere, le long repas, le bain d'apres diſner, auoir le vẽtre
„ dur & ſerré, vn froid moyen en
„ Yuer, bien dormir, mais non par trop, le lict mol, viure en tranqui-
„ lité d'eſprit, ſans ſouci, & chagrin,
„ ſe nourrir tãt au boire qu'au man-

ger de viãdes fort douces & graſ- "
ſes, manger ſouuent & tant qu'il "
ſera poſſible de digerer. Toutes "
ces choſes (dit il) rempliſſent & en- "
graiſſent l'homme extenué. "

A ce meſme conuiennent auſſi les remedes cy apres denombrez, leſquelz ſont eſté cueillis de diuers bons auteurs. Et premierement le bain a vertu d'humecter, auſsi le lict mollet, le dormir, l'aliment gras comme le laict, les œufs, le miel, l'huile. En Heſiode l'enfant eſt nourry cent ans. Voulant par ce inferer que allaicter long temps vn enfant eſt cauſe de longue vie. Le laict de chieure eſtoit de grand nourriſſement à ce vieillard, lequel ſelon Galiẽ auoit veſcu aux chãps plus de cent ans. L'vſage du laict à boire nourriſt les os. Almanſor prefere le laict de femme à tous autres, & conſe-

Pluſieurs remedes pour engroſſir les extenuez.

quemment celuy d'anesse, puis celuy de chieure & de vache. La conserue de laict de laquelle on vse en Italie, est bonne à ceux qui sont de chaude complexion. Aussi sont le formage recent sans sel, le beurre, l'huile d'amandes douces, sesamin, de pignons, & de pistaches, mais qu'ils soient recentement faits. L'huile d'olif doux & nouueau fait, est temperé, & familier à nature humaine de toute sa substance: il engraisse le foye, & augmente la substãce d'iceluy selon l'Auerrhois, lequel est d'opinion que celuy qui vsera continuellement d'huile, n'enuieillira iamais, & par consequẽt ne pourra iamais mourir, sinon qu'il y soit destiné. Et dit pour ses raisons que l'aliment de l'huile est fort semblable à nostre humeur substantifique, laquelle se consomme iour-

nellement en nous. On a trouué aucuns, leſquelz pour auoir vſé continuellement de miel des le commencemẽt de leur vieilleſſe, ſont paruenus à treſlongue vie. La ſubſtance des œufs de poules bien frais eſt d'vn nourriſſement fort excellent, & bonne digeſtion, & ſe tourne quaſi tout en noſtre ſubſtance. Le frequent vſage de bonnes poules graſſes, eſt bien prouſitable à l'homme, Raſis enſeigne la maniere de les engraiſſer. Les perdris, perdriaux, & canards ſont bons. Auſsi le brouët de limaçõs, la queue des eſcreuiſſes de riuiere. Item ſont bons à ce le pain de bon fromẽt nouueau, le pulment des anciens, la fromentée, feues, faſeoles, eſchallottes, & toutes ſortes d'ongnonnets, paſtenades, paſſerilles, raiſins confits, dattes, chaſtaignes, penides prinſes ſeules, ou

meslées auec la viãde. Et à ce mesme sont fort bonnes les auellanes, & plus qu'on ne sauroit estimer. Item est souuerain de prẽdre tous les matins enuiron trois onces de la poudre impingante de Mesuë destrempée & cuitte auec decoction de pois ciches. Aussi est d'vser du gasteau fait comme s'ensuit. Prenez deux parties de farine de orge, & vne partie d'auellanes, le tout soit cuit ensemble au four en forme de gasteau, duquel si mangez tous les iours, il remplira comme bouillie, ausi feront auellanes mangées seules tous les soirs apres soupper. Les noix qu'on apporte de l'isle de nigrepont, resiouissent de graisse (dit Ruel) ceux qui en viuent, & engraissent les maigres langoureux.

Mais il faut noter que ceux qui sont excesiuemẽt maigres & des-

faits, veulent manger peu & ſouuent, pour-autant qu'ils ont beſoing de grande nourriture, & ce neantmoins à grand' peine peuuent ils digerer meſme ce qui eſt mediocre, pour auoir la chaleur ſi debile qu'elle ne peult parfaire nulle des digeſtions, ſoit la premiere, la ſeconde, ou tierce: & ſpecialement aux bilieux & picrocholes.

... exte... man... peu & ſouuent.

Le poil eſt ſubget à deux accidents, à tomber, & chãger de couleur. Le poil gris & cheſnu, monſtre debilité de la partie. Car le poil gris eſt debile par faute de nourriſſement conuenable. Et le blanc, pour-autant que la matiere de laquelle il eſt nourry n'eſt que vne moiſiſſeure ou lēteur de flegme, laquelle par ſucceſsion de temps eſt venue à putrefaction. Or il y a deux manieres de che-

Des vices & accidents du poil.

Deux sortes de chenus. nus, vne naturelle qui vient de vieillesse, & l'autre vient de maladie. Item la naturelle, ou elle viét en temps deu, ou auant le temps. Car il s'en trouue aucuns qui deuiennét chenus des leur ieune aage, comme en albanie, & ailleurs, desquelz les cheueux reuiennent noirs en leur vieillesse, aumoins à ce que dit Pline. En ceste mode

Pourquoy les grues deuiennẽt noires en leur vieillesse. les grues deuiennét noires en leur vieillesse. Car en tel aage il se fait si grand amas d'humeur en leurs plumes, qu'elles ne peuuent venir à putrefaction.

Les causes du poil chenu. Le chenu naturel est fait par la faute & debilité de la chaleur naturelle, laquelle est ordinairemét auec vieillesse, dont le nourrissement du poil (qui n'est autre que la matiere dequoy il est engendré) ne se peult bien digerer. Et de là s'ensuit crudité, & putrefaction.

La

La blancheur du poil qui viẽt par accident de maladie, & celle aussi qui preuient la vieillesse, toutes deux procedent semblablemẽt de la mesme debilité de chaleur naturelle. Mais celle qui est de vice du corps cõme en ces taches blanches que les Latins appellent vitiligines, est soudainemẽt & quasi en vn moment engendrée. Car quant & quant que ladite tache y est formée, le poil y est mué en blancheur. La blancheur du poil causée de siccité, se forme peu à peu, & non tout à vn coup, dont, cõme on peult voir par experience, le poil cõmence à blanchir par les pointes, comme par la partie la plus seiche.

La blancheur du poil naturelle est incurable, la vieillesse estant aussi incurable. L'autre qui n'est pas naturelle est curable. Car au- *Le chenu naturel incurable.*

Des chenus curables.

cuns ſont eſté trouuez (ainſi que teſmoigne Ariſtote) leſquelz par maladie ſont deuenus gris & chenus: mais eſtans retournez en cõualeſcence, tout le poil blanc leur eſt tombé,& au lieu de celuy leur eſt reſſorti le noir. Maiſtre Guillaume Poſtel hõme biẽ verſé aux bõnes lettres, m'a affermé ſur ſa foy,q̃ nauigeant en Grece,Aſie,& aux Indes oriẽtales, il deuint tout chenu à cauſe de l'air marin. Mais apres qu'il fuſt eſté quelque tẽps en terre ferme,tout ce poil gris luy tomba,& en lieu de celuy, luy reuint le noir. La vieille ieuneſſe, c'eſtadire quand la perſonne ſe trouue caduc à my-aage, eſt ſigne de courte vie.Il ſemble, quoy que lon die, que la blancheur du poil ne ſoit pas naturelle, par ce que le poil eſt engendré par aduſtiõ d'vne matiere fuligineuſe,de laquelle

aduſtion doit proceder quelque teinture. Le poil couuert blãchiſt & griſonne plus toſt, que ne fait le deſcouuert : & cela plus toſt aux tẽples qu'en autre part, pour eſtre plus humides à raiſon des grands muſcles qui ſont ſous le cuir de ceſt endroit ou bien à cauſe que le cerueau pend plus ſur le deuant, que ſur le derriere de la teſte, & par conſequent il humecte d'auantage le deuant. Ariſtote dit que les rouſſeaux deuiennent plus toſt gris & chenus que les bruns ou noirauds. Car la couleur rouſſe (dit il) eſt quaſi vne debilité de poil. Mais toutefois nous auons ſouuent trouué le cõtraire, car les rouſſeaux ne deuiẽnent guere chenus. Ceux qui ſont nais de vieils parens, enuieilliſſent toſt, auſſi font ceux qui ſont nourris du laict d'vne vieille

La teſte couuerte griſonne plus toſt.

Le deuãt de la teſte deuiẽt plus toſt chenu.

Leſquelz enuieilliſſent toſt.

nourrice, & ceux qui ſont lubriques & paillards. Et au contraire il n'y a gens plus diſpots que ceux qui ſont engendrez en la fleur de leurs parés. Et on voit manifeſtement quelle vertu peult auoir le laict par l'experiéce du cheureau nourri du laict de brebis, lequel certainemét aura le poil beaucoup plus mol q̃ ſon naturel ne porte.

D'auãtage la blancheur des cheueux ne quiert point de cure particuliere, car la cauſe ceſſant, elle ceſſera, & non deuant. Premierement dõques pour la generale curatiõ, faudra purger le flegme par vomiſſemét, par le ventre, par les vrines, par ſueurs, par maſticatoires, ou par naſipurges. Puis incontinent l'euacuation faite faut conforter la chaleur naturelle & par raiſon de viure attenuante, & par medicaments dediez à la conſer-

La cure du poil chenu.

uation de ſanté, leſquels auront vertu de digerer, attenuer, & de nettoyer: comme ſont l'oximel, le dioſpoliticum, le diatrium pipereon, le diacalaminthe, le triphera de Ioanitius, le triphera minor, l'electuaire de aromatibus, la cõfection alarif de Meſuë, le diagalanga, le triphera ſarracenica de Nicolas, electuarium lætificans Almanſoris, l'electuaire de ſcilla, trochiſci ſtellę d'Auicenne. Et entre les ſimples, l'vſage de chair de ſerpent fait raieunir, & le frequẽt vſage des myrabolans cepules cõfits, le vinaigre ſquillitif, & le xiloaloës.

Or quant aux applications à ce propres, il ſe faut bien garder de rien appliquer qui ſoit compoſé de ſimples auſteres, acerbes, ny aſtringentes: car telles applications nuiſent grãdemẽt à la teſte, princi

Des applicatiõs du poil.

palement quand elle eſt de complexion froide. La liqueur de cedre, noirciſt merueilleuſement le poil, & par meſme moyen confor te le cerueau ſubget au froid, pour raiſon de ſa grād' chaleur. Pareillement l'huile de coſto y eſt ſingulier, & l'huile d'alcāna de Meſuë. Item l'œuf d'vn corbeau broyé en vn vaiſſeau de cuiure, & appliqué en la teſte raſe frottant fort, nō ſeulemēt noirciſt le poil, mais auſſi empeſche qu'il ne deuient chenu. Le ſuc de carpaſus, fait le poil noir & creſpu à celuy qui s'en oindra. Le myſi mis en poudre & detrempé en vinaigre noircira les ſourcils blancs, le meſme ferōt œufs de formis broyez auec mouſches & appliquez. Autrement prenez ſouffre cōmun, chalcanthum ou vitreol, galles, chaux viue, litharge de chacun deux dra

Plusieurs cōpositions pour noircir le poil.

gmes, rouille de fer vne dragme, mettez en poudre chacun à part, & de ce ſoit fait liniment auec eau, duquel oindrez voſtre poil. Autrement prenez eſcorce de noix nouuelles piſtees & cuittes en eau de pluye, y adiouſtant poudre de galles premierement fricaſſees en huile & puis deſſeichees, & de tout ce faites liniment. Autrement, prenez poudre de litharge, & chaux viue de chacun demi once, & de ſe faites linimēt auec eau chaude. Salicet y adiouſte deux dragmes de ceruſe. Autre de Benedictus Alexander. Prenez ſuc de la premiere eſcorce de noix trois dragmes, litharge en poudre vne dragme, chaux viue deux dragmes, meſlez le tout enſemble, & en oingnez voſtre poil, autrement ſelon Galien, prenez vne coloquinte cauee, & la rem-

plissez d'huile laurin auec semence de hyosquiame entiere, & le laissez ainsi l'espace de vingt & quatre heures, & de cest huile vous oindrez vostre poil vne fois l'année seulement, & cela preseruera d'estre chenu. L'eau distilée du miel rend les cheueux iaunes & longs. Pour faire les cheueux iaunes, prenez vne once de miel, & vne dragme de saffrã & le meslez fort auec vn iaune d'œuf, puis le destrempez en lesciue de barbier, en laquelle mouillerez vostre pigne quand vous pignerez. Item la lie de vin bruslee trempee vne nuit en huile de lentisque, & de ce oindre vostre poil est bon. Item vne escorce de noix nouuelle bruslee & pistee auec bon vin fait le poil des petits enfans beau & espais. Pour empescher que les cheueux ne soient crespus, prenez

Pour faire le poil iaune.

demi liure de verre en poudre fort ſubtile & la deſtrempez en l'eſcume de barbier, & de ce vous lauez le poil, l'huile doux leniſt & adouciſt les cheueux aſpres : auſſi font les muſcillages de ſemẽce de lin,& l'eau diſtilee du lard. Contre les artiſons & fiſſures du poil, il le faut lauer de leſciue en laquelle ferez deſtrẽper ou bouillir orge. Ou bien l'oindrez d'amandes douces, ou en defaute de celuy, d'huile d'oliues, ou d'huile de lin auec vn peu de ladanum.

Contre les artiſons & fiſſures du poil.

La cheute & decoulement des cheueux eſt touſiours accõpagnee d'vne rarité de cuir, auec faute de la matiere de laquelle eſt engendré le poil:& eſt cauſee d'humeurs vicieuſes corrõpants & rongeants les racines du poil. De l'indigeſtiõ ſort tout le trouble du corps comme l'immondicité des vaiſſeaux,

Du poil qui tõbe, & des cauſes de chauueté.

diminution de cerueau,& par cõſequent decoulement de poil. Chauueté peult auſſi proceder de lignee, & mauuaiſe complexion des parents. Entre les humeurs qui tranſpirent par les pores du cuir,celle qui eſt lymonneuſe forme le poil des le commencement, & l'augmente conſequemment. Parquoy toutes & quantes fois que tel ſuc vient à deperir, ou à ſe corrompre,il faut neceſſairement que le poil en fin ſoit auſſi corrõpu, & conſequẽmẽt qu'il tombe, & voila cõment l'homme eſt fait chauue. Les paſſiõs du poil qu'on nomme ophiaſis, & alopecia ſont cauſées de la corruptiõ dudit ſuc. Ce decoulemẽt de poil peult auſſi proceder de cauſe externe comme par application des medicaments nommez pſilotres par ce qu'ils font tomber le poil.

De ophiaſis & alopecia.

Car il me ſouuient qu'vn iour qui paſſa, vn bon preſtre de Romãs auquel tout le poil eſtoit tõbé, me demãda conſeil pour y dõner ordre. Le bon ſeigneur ſ'eſtoit adreſſé pour faire ſa barbe à vne barbiere de laquelle il eſtoit aſſez familier, la gẽte commere le voulant traiter en amy luy laua teſte & barbe, mais la barbe plus longuement à fin de la raire plus aiſément. Et pour ce faire au lieu de prendre de la leſciue accouſtumée, elle print par imprudence, d'vne eau depilatoire qu'on appelle pſilotre, laquelle on auoit là entrepoſée pour autres fins, & en frotta ſi gentemẽt ce bõ perſonnage, qu'auant que departir du lieu elle le rendit pelé cõme vn œuf. *Hiſtoire d'vn bon preſtre qui fut tout pelé.*

Les petits enfans n'ont du poil par le corps, à cauſe que leurs pores ne ſont encores ouuerts, &

qu'ils n'ont encore point d'excrements fuligineux. Toutefois qu'il faut faire aſperſiõ de ſel ſur le cuir de ces nouueaux nais, à fin de le rẽdre plus dẽſe & plus ſolide comme a ià eſté dit. Pour certain le ſuc ſexhalle facilement par les pores de ces petits enfans, à raiſon de leur molleſſe. Nous deuenõs chauues ſeulement par le deuant de la teſte, pourautant qu'elle eſt plus molle, & laxe: ou biẽ par ce qu'en noſtre vieilleſſe elle deuiẽt fort ſeiche, car le cuir y eſt adherẽt à l'os nud. Par ſemblable raiſon la paume de la main, & la plãte du pied n'õt iamais poil, à cauſe que le tẽdon qui eſt ſous le cuir de ces endroits, eſt fort ſec & denſe.

Pourquoy on deuient chauue par le deuant ſeulement.

Pourquoy la paume de la main & la plãte du pied n'ont point de poil.

Le decoulement du poil ſuruiẽt communement à ceux qui relieuent de maladie, quelquefois auſſi (mais peu ſouuent) ſans maladie.

Ceux qui ſont chaſtrez des leur ieune aage ne ſōt iamais chauues, pour raiſon qu'ils ſont de complexion fort humide. Ariſtote met en ce nombre les femmes, les enfans, & ceux qui ſont chaſtrez de nature. Et dit en outre que ceux qui ont le menton fourchu deuiennent peu chauues, & que les begues, & ceux qui ont petite teſte ne le deuiennent iamais. Mais ceux qui ont la poitrine fort velue & principalement d'vn poil aſpre, y viennent facilement.

Quelles cōplexions ſont ſubiettes au tōbement de poil.

Ceux qui ont le poil long & aualé, ne le deuiennent iamais, ou peu. Aphrodiſee eſt d'opinion que les creſpus deuiennent plus toſt chauues que les autres: mais en verité ie croy qu'il ſabuſe en cela, comme deſcouure l'effect. Car on voit par experience le contraire meſmes aux Ethiopes,

lesquelz combien qu'ils soiët tous crespus, ne sont iamais chauues, ou bien peu. Ceux y paruiennent tost qui s'enyurent souuent, la raison en est manifeste. Les chauues n'ont iamais grands varices, dit Hippocrates au sixieme des Aphorismes. Mais Galien entend ce passage, non de la vraye chauueté, laquelle est incurable, ains du poil qui tombe par autre accident. Les personnes qui sont de grand' stature, les chauues, les begues, & ceux qui ont la voix desliee, sont tous de tresbonne nature. Les chauues sont flegmatiques, mesme que le flegme leur a corrompu, & rongé la racine du poil. Il semble aussi que Prodicus veuille appeller flegme tout ce qui est torrefié & bruslé au suc. Il ne faut icy obmettre que la diuersité des païs & regions fait beau-

De la cöplexion des chauues.

coup à la diuerſe diſpoſition du poil. Car ſelon Pline, tout le peuple de Mycones (qui eſt l'vne des iſles Cyclades) eſt chauue. La perruque ſuiuant l'opinion d'Ariſtote, eſt l'enſeigne de liberté, & d'icelle a eſcrit ſaint Ambroiſe, diſant qu'elle eſt venerable aux vieils, honnorable aux preſtres, redoutable aux gens de guerre, belle & bien aduenant aux ieunes gens, & ornement aux femmes, douce aux petits enfans, & que ſans icelle toute beauté eſt flaitrie & aneantie. Dont dit Ouide ainſi,

Louenge de la perruque.

Difforme & laid le troupeau par nature,
Qui eſt mutile ayant membre perdu.
Le champ außi, & le pré ſans paſture,
Et l'arbriſſeau de rameaux deueſtu,
Encore plus le chef ras & tondu.

De la perruque d'Absalõ.

La perruque d'Abſalon a eſté de merueilleuſe & de grande eſtime. Il la faiſoit tondre vne fois l'année,par ce qu'elle luy peſoit trop. Car elle peſoit deux cens cicles, qui reuiennent à huit liures & quatre onces de noſtre poix, aumoins ſelon la ſupputation de feu maiſtre Guillaume Bude. Or il y a trois cauſes finales du poil, c'eſt à dire qu'il a eſté donné de nature pour trois cauſes, aſſauoir pour la neceſſité de la matiere, pour l'vtilité & proufit,& pour la beauté & decoration de la perſonne.

Trois cauſes finales du poil.

Le poil tire hors les excremẽts.

Le poil tire hors la mauuaiſe matiere du corps,attendu que la matiere dequoy il eſt fait ſont vapeurs fuligineuſes paſſées l'vne ſur l'autre, dont à bonne raiſon le long poil doit plus tirer de telle matiere,que celuy qui eſt rongné & court. Et croy que pour ceſte

cauſe

cause Celse dit, qu'on ne doit iamais raire iusques au cuir celuy qui a la teste debile, car telle rature resserre le cuir, & par consequẽt empesche l'euaporation. Par-ainsi les vapeurs retenues causent souuent fieure, & si aucune y en a, elles l'augmentent. Et combiẽ que nous voyons que les cheueux, la barbe, & les ongles rõgnées croissent mieux & plus tost, c'est parce qu'alors la vapeur fuligineuse montãt aux racines desdites choses les pousse plus aisément.

La rature condense le cuir.

Au tẽps present quasi tous sont tondus, & portent barbe longue, laquelle fait les hommes mal fortunez, ainsi que dit Cocles, & les rend tristes & melancoliques, ce qui est manifeste par celà qu'estãt de nouueau rasée ou rongnée, on se sent tout ioyeux, mesme ceux qui sont tristes. Parquoy la grand

Le lõg poil rẽd les gẽs tristes.

perruque ſemble eſtre ſigne de liberté. Le poil n'a point de regiment, c'eſt à dire qu'il ne gouuerne autre partie, & n'eſt point gouuerné. Ains a ſeulement ſa generation, laquelle a deux differences : car l'vne vient de la diuine prouidence, & l'autre du temperament de la partie. La diuerſité du poil, procede de la diuerſe qualité du cuir, de l'humeur, & des vapeurs deſquelles il eſt engendré. Parquoy à bõne cauſe il eſt nombré entre les ſignes des temperaments. Iulius Capitolinus eſcrit que le peuple d'Aquilée eſtoit de ſi grãd fidelité enuers leur Senat contre Maximin, qu'ils firent cordes en leurs arcs des cheueux de leurs femmes, en defaute d'autre matiere : par celà il eſt euidẽt que la matiere des cheueux n'eſt totalemẽt terreſtre, mais qu'ils ont en

Le poil eſt ſans regiment.

Deux cauſes de generation du poil.

Les cauſes de la diuerſité du poil.

La fidelité du peuple d'Aquilée enuers leur Senat.

eux quelque onctuoſité, ou viſcoſité, au moyen de laquelle ils obeïſſent.

Or maintenant pour venir à la cure du poil qui tõbe, il faut premierement conforter le chef, puis procurer la generation des bõnes humeurs, & donner ordre que le cuir ſoit de qualité moyenne entre rare & denſe. Parquoy en plusieurs la ſeule raiſon de viure bien ordonnée, ayant vertu de reſtaurer, eſt ſuffiſante. Aux applicatiõs qui ſe font pour humecter faut meſler quelques medicaments moyennement aſtringés, leſquelz ſoient plus gros à ceux qui ſont raſez, & plus liquides aux tondus: comme du ladanum auec huile de myrte liquefié in balneo mariæ. Chauueté ſe gueriſt aucunefois par acte venerienne. Auézoar dit qu'aux ieunes enfans elle eſt

La cure du poil qui tombe.

curable par onction d'huile d'amendes douces, comme ayant vertu de mitiguer l'acrimonie de l'humeur.

Remedes pour faire venir le poil.

Plusieurs auteurs ont escrit plusieurs autres remedes. Celse dit que se faire souuẽt raire y est souuerain remede. Onctiõ faite d'escorce d'ongnon bruslée, & incorporée auec miel y est singuliere. Ou, comme dit Macer, se frotter du ius d'ongnon. Cendres de serpent espandues au lieu pelé font venir le poil. Item pour le faire venir soudain, prenez encens, & fiente de rat autant d'vn comme d'autre, & l'incorporez auec bon vinaigre en forme de linimẽt. Ou bien escorce de racine de raifort puluerisée, & incorporisée auec miel. Autre maniere. Prenez graisse d'ours, poudre de polytrich bruslé, huile de lentisque, & vin

de myrte de chacun vne once, ladanum dix dragmes, meslez le tout ensemble en forme de liniment. Pour retenir le poil qui tõbe, & en faire sortir de nouueau, soit fait onguent de cendres de mousches à miel, & incorporées auec huile. De mesme efficace est la nielle Romaine torrefiée, & destrempée en eau. Marcellus afferme que qui prendra vne certaine collection, ou durté, laquelle se trouue enuiron le genouil d'vn asné, appellé des Latins lichen, & la bruslera, puis la mettra en poudre, & l'incorporera auec huile fort vieil en forme de liniment, il sera de telle vertu & efficace à faire venir le poil, que qui en oindra le menton d'vne femme, elle deuiendra incontinent barbue. Finalement pour couurir vne chauueté incurable, la fausse perruque

L'vsage des fausses perruques

y eſt treſ-conuenable. Et de celà vſent auiourd'huy quaſi toutes les Princeſſes, & grandes Dames en tous lieux. Telles perruques ſont faites de cheueux d'autres femmes & filles, & non pas de poil de beſtes brutes, comme dit Martial ſe moquant d'vn nommé Phœbus:

Celuy qui diſt que tu chauſſois ta teſte,
Alors qu'il viſt ton chef pelé couuert
De peau de bouc, ou de quelque autre beſte:
Te brocarda plaiſamment à couuert.

Pour faire reuenir le poil des paupieres.

Quand le poil des paupieres tõbe, il faut choiſir matiere idoine aux yeux, mais il faut diligemmẽt prendre garde qu'elle ne tõbe dedés leurs tuniques. Parquoy les medicaments plus ſecs ſeront les meilleurs & plus aſſeurez. La decoction du nardus, & de ſpica nardi faite en eau, reprime &

estraint telle passion. Aussi fait la compositiõ faite de crottes de rat, & autant de crottes de chieure broyées & incorporées auec miel. Item la suye de pin fait reuenir le poil des paupieres.

Pour recouurer le poil des sourcils.

Contre les sourcils pelez, le sel armeniac espandu par dessus cõsume les humeurs acres, par lesquelles le poil estant mal nourry venoit à tomber. Autrement. Prenez cẽdres de taupe, de mousches à miel, & d'auellanes de chacun deux dragmes, ladanum dissous en huile de moyeux d'œufs trois dragmes, & de ce faites onguent, duquel estant tiede oindrez voz sourcils, apres toutefois les auoir frottez assez fort d'vn linge. Aucuns font onguẽt des cẽdres d'vn lisard verd bruslé, & incorporées auec miel crud.

Pour la barbe qui tõbe, & pour

Pour faire croistre & peupler vne barbe.

peupler celle qui eſt trop claire, faites onguent de cendres d'aurõne, autremẽt nommée garde robbe, incorporées auec huile ſubtil, & cela fera ſortir la barbe qui viẽt lentement. En autre maniere, prenez poyure, euphorbe, pied d'alexandre de chacun vne dragme, ſuc des plus molles feuilles de cãne, fiente de rat, & huile exprimé par combuſtion de chacun, tant qu'il en ſera de meſtier, le tout ſoit bien pulueriſé & meſlé enſemble pour faire onguent, duquel ſe faut diligemment frotter en raſant ſouuent la partie, toutefois que ſelon Auicenne la trop frequente rature eſpaiſſiſt le cuir. Item ſemence de geneure bien broyée, & meſlée auec miel fait croiſtre la barbe.

Trois moyens pour faire tomber le poil.

Pour faire tomber le poil des parties fort velues, & garnies d'vn

poil gros, rude, & piquant, on ſe peult ſeruir de trois manieres de medicamẽts, aſſauoir de ceux qui ont vertu d'attenuer, de ſimples & communs depilatoires, & des forts qui arrachent & aboliſſent le poil du tout, en ſorte qu'il ne reuient iamais. Les deux premiers ſont ſans danger, mais le dernier eſt fort perilleux, & n'en doit on vſer ſinon auec grand' prudence & diſcretion : combien qu'il n'y ait autre difference entre ces trois, que du plus au moins: car tous en general ont vertu de putrefier, ou de bruſler. Les putrefactifs ſont les meilleurs & plus ſeurs, les adurents ſont plus dangereux. Dont Nichias Poëte ſe moque d'vn quidam, lequel trop curieux de teindre ſes cheueux les arracha tous, diſant ainſi:

Comme vn quidam vouloit ses cheueux teindre,
Ayant bon poil, se pela comme vn œuf.
Le peintre alors, point tu ne te dois plaindre,
Estant (dit il) habillé tout à neuf.
Plus le barbier icy ne trouuera
Ny blanc ny noir, dont plus ne te raira.

Martial aussi se moque de Lentin, ainsi:

N'a pas long temps qu'estois blãc comme vn cygne,
Et si soudain és corbeau deuenu!
C'est d'vn vray fol, Lentin gentil, le signe,
Contrepeter le ieune reuenu.

Autres manieres de psilotres. Pour faire tomber le poil, selon Hippocrates, prenez larmes de vigne, & la meslez auec huile & de ce oingnez sourcils & paupieres, le poil tõbera, & la peau demourera subtile, vn peu rougette & de bonne couleur. Item se frotter de

cyperis, autrement nommé terra merita, fait tomber le poil. Les cēdres de ſerment de vigne, & cendres du marc qui reſte quand on a preſſoré les raiſins, qu'aucuns appellent de la geine, deſtempées en vin, en forme de liniment, conſomment le poil. Auſſi fait le ſuc de racines d'eſclere, appliqué auec couton en frottant fort. L'eau diſtilée de coquilles d'œufs apres les auoir bien calcinées, eſt depilatoire. Pour faire choir le poil de la face, prenez demy once de colophone, vne dragme de maſtic, & les faites liquefier en vn petit pot de terre neuf, aupres du feu, puis y adiouſterez quād ils ſeront fondus demy dragme d'ammoniac bon & bien pur, apres le coulerez en eau froide, & le malaxerez bien. On le peult auſſi faire auec vne once de colophone, & demy

dragme d'ammoniac. Autre plus fort. Prenez trois dragmes de colophone, deux dragmes d'ammoniac, maſtic, bourrache, & cire, de chacun demy dragme, le tout ſoit fondu aupres du feu, & puis reduit en forme de cylindres ou petits baſtons, leſquelz vous appliquerez aux parties velues & principalement de la face. Autres plus forts. Prenez chaux viue deux parties, orpigmẽt vne partie, & les piſtez fort en vn mortier de plõb l'arroſant d'eau chaude, vous y pouuez adiouſter vn peu de muſc, ou d'ambre gris. Et quand il ſera deuenu noir, oingnez en la part que voudrez. Autrement. Prenez chaux viue, & orpigmẽt de chacũ le poix de deux dragmes, & de ce faites poudre bien ſubtile, laquelle vous lierez dedens vn linge aſſez rare & clair, lequel quãd ſerez

au bain ou eſtuues vous plongerez en eau bouillant, & ſoudain l'appliquerez aux parties velues.

Finalement quãd voudrez empeſcher que le poil ne reuienne, faut prendre orpigmẽt & le meſler auec huile de hyoſquiame & en faire linimẽt. Autrement. Prenez gummi hederæ, œufs de formies, colophone, & orpigment de chacun vne dragme, & piſtez le tout enſemble auec vinaigre, & en frottez la partie. Concorregio adiouſte à ces choſes du ſang de grenouille, ſang de chauueſouris, & huile auquel auront bouilli ſangſues & eriçons. L'eau de coquilles d'œufs ſus mentionnées non ſeulemẽt fait tõber le poil, mais auſſi empeſche qu'il ne retourne.

Autres pſilotres.

Contre les ſquãmes qui tõbent de la teſte en forme de ſon, deſquelles dit ainſi le Poëte Serenus,

Vn mal y a qui n'eſt point douloureux,
Et toutefois de forme dommageable,
C'eſt quand le chef d'excrements fur-
fureux
Rend quantité, à voir mal aggreable.

Des eſcailles, ſon & farine qui tombent du chef.

Il y a pluſieurs differéces de telz excrements, car les vns ſont ſecs, & les autres humides:les vns ſans vlcere, & les autres auec vlceres. Item les vns d'odeur puante,& les autres ſans odeur, & cela aduient le plus ſouuẽt aux cheueux,moins ſouuent à la barbe, & encores moins aux ſourcils.

Les cauſes de telz accidents.

Ceſtuy accident eſt cauſé d'vn ſang corrompu, ou d'humeur vicieuſe,ou de flegme ſalé, aucunefois d'vn ſang melãcolique,ou colerique montãt au chef.Galien dit auſſi que la teſte a celle proprieté, que ſouuent par certaine indiſpoſition elle engendre excrements ſemblables à du ſon,combien que

les humeurs ſoient en leur naturelle diſpoſition, dont telles gens ſont appellez furfureux.

Toutefois que telle paſſion n'eſt engendrée ſans quelque vice du corps, auſſi elle n'eſt pas du tout inutile : mais ſi eſt-ce pourtãt que elle ne viẽt en vn chef biẽ diſpoſé. Or quand il y a quelque choſe de mauuais en la teſte, il vaut mieux qu'il vlcere le cuir pour ſortir hors, que ſ'il deriuoit en quelque partie noble, ou plus neceſſaire. Il eſt donques plus expedient de les nettoyer en ſe pignant ſouuent, que de les retenir totalement. Et pour ceſte cauſe dit Marcellus empiricus, que telles farines ou eſcailles conuertiſſent ſouuent en ſoy quelque grand mal.

La cure des excrements du chef.

La principale intẽtion de la cure de ces accidents eſt de cõſumer telles corruptiõs par applications

de medicaments reſolutifs, & abſterſifs, toutefois la purgation vniuerſelle precedente, principalement quand le corps eſt cacochyme, & qu'il y a redondance d'humeurs vicieuſes. Qui ſera vn aduertiſſemét general en toutes maladies. Aucuns toutefois ont de couſtume d'adiouſter à ces medicaméts reſolutifs quelques aſtringents pour conforter les parties affligées, à fin que plus facilement elles reſiſtent à la defluction.

Donques pour remedier à telles eſcailles furfureuſes ou farine cauſées d'humidité, il ſe faut lauer la teſte auec decoctió de lupins. Ou prenez eſcume de nitre, chalcantum, de chacun vne dragme, & les piſtez auec vin, & en vſez trois ou quatre fois le mois. Contre les ſeiches, eſt bon ſe frotter auec ſuc de porée, ou betes : ou auec

farine de fenouil destrempée en vin & appliquée en la teste, ou se lauer auec laict d'amandes douces, ou ameres, ou auec laict de semence de bateches, ou auec decoction des herbes capillaires, ou de choux, ou auec decoction de racine de lys blancs, ou de myrtes, ou de malues, & chamomille ensemble, ou auec decoction de feuilles de saules cuittes auec verre, ou bie de racines cuittes en vin.

Bateches sont gros melons.

De la pouillerie. Les puces s'engendrent de bien peu de putrefaction. Et les punaises de l'humeur qui est en la superfice des corps. Mais les poux sont engendrez de la chair en laquelle sortet premierement certaines petites pustules sans aucune matiere purulente, lesquelles si vous ouurez vous verrez sortir le pou tout formé, lequel se peult aussi engendrer de

Des poux, puces & punaises, & de leur generatiõ.

toutes choses seiches humectantes, ou des humides desiccatiues. Mais si le cuir est adherãt au crane, sans auoir chair entre deux, cõme a voulu l'Aristote, en la teste ne s'engendreront point de poux. Car il ne se trouue chair entre le cuir & le pericrane sinõ au front, & aux tẽples, & es enuirons des mandibules. Parquoy mieux vaut dire que les poux s'engendrẽt au profond du cuir, comme les susdites escailles & furfures en la superfice. Et pour ceste raison le cuir enuironnant le test de la teste, est tout perforé. Dõt par ces pertuis sortent les racines du poil comme par leurs pores. Et combien q̃ ce cuir soit plus sec & plus dur qu'en nulle autre part, toutesfois quand il deuient humide, il s'y engendre à force poux. Mesme que telle maladie pediculaire

ſuruieut à aucuus par trop grãde humidité de la perſõne. Les poux ſont engendrez d'vn amas d'humeurs chaudes, non toutefois ſi chaudes cõme celles q̃ ſont acres. Ceux qui ont abondance de mauuais ſuc, engẽdrent quãtité innumerable de poux. Ce n'eſt donques de merueille ſi les acridophages (peuple de Arabie ainſi nommé par ce qu'ils ne ſe nourriſſent que de ſauterelles) ſont mangez des poux, & en meurent à la fin, cõme recite Diodore en ſon quatrieme liure, auquel paſſage il fait mention des poux volants. Il ſe trouue que pluſieurs ſont morts par ceſte vermine, cõme Sylla, le corps duquel ſe rongeoit, & tourmentoit ſoy meſme. Si les figues demeurent longuemẽt dedens le ventre, elles eugendrent mauuaiſes humeurs, deſquelles apres ſort

grand' quantité de poux. Les ieunes enfans ont plus de poux en teste que les hommes, & les femmes que les masles. Nous auons cy deuant donné les remedes cõtre telle vermine.

De ophiasis & alopecia, & de leur causes.

Maintenãt il sera temps de parler vn peu des deux especes de pelade, desquelles l'vne est appellée des Grecs ophiasis, pourautãt que la depilation se fait en forme de serpent: & l'autre s'appelle alopecia, à cause que tel accident aduient souuent aux renards: toutesfois toutes deux procedent d'humeurs vicieuses & malignes. En la premiere sont certaines macules en la superfice du cuir, en forme d'escailles. Mais l'autre, outre ce qu'elle emporte tout le poil de la teste, elle est souuẽt accompaignée d'vlceres. Les signes de l'humeur peccãte, sont prins de la cou

leur du cuir qui eſt en la partie affligée, & de la precedéte nourriture auſſi. Alopecia vient en tous aages, & ne fine guere ſans medicaméts. Mais ophiaſis vient cõmunément aux enfans, & ſe gueriſt ſouuent de ſoymeſme ſans autre remede. Pour la cure faut diligément purger l'humeur peccante, puis defendre & empeſcher la defluxion. Et apres faut conſommer & reſoudre la matiere coniointe: à quoy eſt fort bõne la cédre d'auronne meſlée auec quelque huile bien ſubtil & delié. Auſſi l'onguent fait de fiente de rat, & bon vinaigre broyez enſemble. Et vnguentum de talpa, de Roſarius. *La cure de telz accidents.*

La teigne eſt maladie faiſant de fort petits pertuis au cuir de la teſte, par leſquelz il ſort vne humeur gluante & viſqueuſe cõme ſang corrompu, car elle ronge le *De la teigne.*

cuir, ny plus ny moins que les artres rongent les habits. Aussi d'icelles elle a prins le nom de teigne, pourautāt que l'artre est appellée des Latins tinea. Il y en a vne autre espece differēte à la premiere, seulemēt en ce qu'elle a les pertuis plus grands, & qu'elle a l'humeur semblable à miel, parquoy elle est appellée des Latins, fauus. Et sont toutes ces deux especes vlcereuses, mais la premiere a grosses croustes, & l'autre est humide sans croustes. Toutes deux sont causées de flegme nitreux & salé. C'est à dire qu'elles ont leur source d'vne humidité composée d'vn sang corrōpu, subtil, acre & mordicant meslée auec vne humeur crasse. Et au moyē du subtil elles cōmencēt par vn demangemēt lequel par successiō de temps augmente la tumeur, & est cause

des pertuis. Par la ſiccité & blancheur des crouſtes, on collige que elles procedent d'humeur aduſte, car en ces aduſtiõs ce qui ſe tourne en cẽdres, ſe blãchiſt, cõme on voit par experiẽce quãd on bruſle vn os. La ſecõde eſpece que nous auõs appellée fauus, eſt humide, comme on peult colliger par ſa liqueur : mais elle eſt acre & ſalſe comme il eſt demonſtré par le demangement, & auſſi par les puſtules qui ſont aigues en pointe. A grãd' peine les peult on guerir ſans arracher la racine du poil.

La teigne eſt cauſee d'humeur aduſte.

Pour la cure methodique il cõuient premierement euacuer les humeurs peccantes qui cauſent telles maladies. Mais ſi elles fluẽt encores, il faut arreſter la defluxiõ en purgeant la teſte, & le corps vniuerſellemẽt, ſinon que par fortune le mal ſoit fort petit. Alors

La cure de la teigne.

les applications localles ſeroient ſuffiſantes pour le curer, encores que le corps ne fuſt purgé. Mais à cauſe que l'humeur eſt craſſe & lente, conuient appliquer medicaments inciſifs, ayans auſſi vertu de reſoudre, & reprimer, comme le vinaigre, lequel a quelque choſe de ſingulier & excellent pour auoir en ſoy vn peu de chaleur, & pour la plus grand' partie, froideur.

Quant aux crouſtes ſeiches, il les faut fomenter auec decoction de feuilles de ſaules, ou auec eau d'armoiſe, ou auec l'eau d'Euonymus. Puis les faut oindre auec huile de la petite ſerpentine, ou auec l'onguent d'ellebore de Montagnana. Ou y appliquer emplaſtrũ mellinum d'Aëce, lequel approuue auſſi la noix maſchée & appliquée deſſus. L'onguent de Gour-

don y est bõ aussi, & celuy de Guidon, pareillement celuy de Tagaut. Pour la teigne des enfans & autres rongnes puãtes & hydeuses qu'ils ont en la teste. Prenez beurre frais, graisse de geline recẽte, huile violat, bõne terebinthine, de chacun vne once, & auec suffisante quantité de cire soit fait onguẽt. Pour guerir les humides q̃ nous auons appellez fauus, est fort bonne l'eau sulphureuse, en defaute de laquelle nous prendrons soulphre dissous en huile rosat, qui desseichera incontinent telles rongnes & pustules aigueuses qui viennẽt en la teste des enfans. Ou bien vsez de l'onguẽt qui s'ensuit, lequel guerist aussi toute vieille teigne. Prenez graisse d'ours, & escume qui se trouue au pied des roseaux d'estangs (en lieu dequoy aucuns prennent racine de cãne)

La cure de fauus.

de chacun vne once, terebinthine, crottes de rat, de chacun trois dragmes, huile bruslé de lampe vne once & demie, soit fait onguent duquel frotterez souuentefois la teste de vostre patient, le faisant souuent raire. Item pour guerir la teigne & alopecia, faut bien lauer le chef auec decoction de son, puis auoir là ietté le son, vous l'oindrez auec linimẽt composé d'huile, sel, & ius de fenouil tortueux.

Les vices de la face.

Remedes contre toutes taches & difformitez de la face, comme sont rideures, aspreté, & noirceur de cuir prouenant du Soleil, lentilles, pustules, petits boutons, & meurdrisseures.

Contre les rideures.

Et premierement remede souuerain contre les rideures, faites distiller eau de rasures d'yuoire, & blãcs d'œufs fort cuits & vous en lauez la face, La simple eau des-

dits aubins ainſi cuits & diſtilez oſte les rideures & taches de la face, & rẽd le cuir plus beau & plus clair. A ce meſme eſt bonne l'eau diſtilee de la fleur & racine de lis blãcs, & aubins d'œufs bien cuits enſemble. Item, lauement de vin blanc auquel auront bouilli fleurs de romarin oſte les rides, & gueriſt la pelade des ſourcils. L'axonge de cygne nettoye la face, & oſte les rides.

Contre l'aſpreté & noirceur de face procedant de l'ardeur du Soleil eſt ſinguliere ceſte diſtilation d'aubins d'œufs cy deſſus mentionnee, auſſi eſt l'eau de fleurs de feues, & l'eau de fleurs de nenuphar, l'eau de fleurs de lis blancs, l'eau de ſemence de melõs, & celle de racines de glayeul, eau de petite ſerpẽtine, eau du ſignet de Solomõ diſtilee, & ce pour les ſimples.

Cõtre l'aſpreté de la face, & cõtre la couleur baſannee.

Les compositiõs pour ce mesme. Et entre les compositions, l'eau distilée de fraizes & lis blancs ensemble. Ou bien prenez eau de lis blanc, eau de plantaing, & eau de fleurs de suc, de chacun vne once, eau de vie demie once, meslez le tout ensemble & vous en lauez la face. A ce mesme est bon l'onguét citrin.

Contre les lentilles. Pour oster les lentilles est bon se lauer d'eau de fresne, ou de lescíue de cendres de geneure, ou de eau de terebẽthine distilée, laquelle nõ seulemẽt nettoye les lentilles, mais aussi oste les cicatrices, il s'en faut oindre le soir, & le matin se lauer auec decoctiõ de son, tiede. A ce mesme vaut moult se oindre d'huile de been, ou de myrabolans, ausi d'eau de tartre, ou du laict virginal selõ la descriptiõ de Rosarius. Item l'ammoniac bien pur & net, & dissou en eau

deſchaſſe les lentilles. Le vinaigre diſtilé, les deſracine & extirpe du tout, & toutes autres taches auſsi, il s'en faut oindre le ſoir, puis le matin ſuiuãt ſe faut lauer auec decoctiõ de ſon & malues cuits enſemble. Autre maniere. Prenez vne once de bourach, miel blanc & graiſſe de geline de chacun deux onces, ſoit fait linimẽt. Contre lẽtilles, toute aſpreté, & taches de la face diſtilation ſouueraine & admirable. Prenez vne liure de tartre bien chalciné, ou tant bruſlé qu'il deuiẽne blanc, maſtic, & gõme de tragaganthum, de chacun vne once & demie, trois dragmes de camphre, & quatre aubins de œufs meſlez & agitez en eau roſe & le faites diſtiler, & garderez l'eau pour voſtre vſage. *Diſtilatiõ excellente.*

Aucuns veulẽt dire que les petites puſtules blãchatres, pointues,

& durettes qui aduiennét au nez ſont ſignes de menterie. Les Siciliens en diſent autant des ſaphirs aduenants en la meſme partie.

Contre les tures & ſaphirs de la face.

A telles puſtules ſont conuenables les remedes qui s'enſuiuent. Et premierement l'huile de been, l'eau diſtilée de feuilles de ſaules auec poudre de giroffle, l'eau de feuilles de peſché & de ſaule diſtilées enſemble. Le cynabre auec ſouffre bouillis en vinaigre gueriſt infailliblemét toutes telles puſtules, toutes dartres, & aſpreté de cuir. Autre. Prenez tartre & ſemẽce de cappres de chacũ demy once, & les broyez fort auec huile roſat & vinaigre, & en faites linimét. Item l'eau faite d'vne taupe miſe en poudre, & ſouffre, arrouſez de ius d'eſclaire, & diſtilez enſemble, cela gueriſt toute teigne & toutes puſtules. L'eau de me-

taux ſelon la deſcription de maiſtre Arnauld de ville Neuue y eſt de treſgrãd' efficace. Auſſi eſt l'onguent composé auec litharge blãchi, huile violat, & vinaigre longuement piſtez au Soleil, en vn mortier de plomb, & ſur la fin y adiouſtant vn peu de cãphre. Autrement. Prenez deux aubins de œufs, deux graĩs d'argẽt ſublimé, tout celà ſoit agité en eau roſe, & vous en oingnez. Autre qui eſt nõ ſeulement bon auſdites puſtules, mais auſsi cõtre toute macule de cuir. Prenez argent vif, amandes ameres pelees, de chacun demy once, piſtez tout enſemble tant q̃ le vif argẽt n'apparoiſſe plus, puis y adiouſtez vne once de ſemence de melon pelees & en faites onguẽt duquel vous vous oindrez le ſoir, & le matin enſuiuant vous vous lauerez auec eau chaude.

Des meurdrisseures, & leur remede.

Quāt aux meurdrisseures, pour les effacer faut appliquer miel & sel ensemble meslez, ou bien vne noix grasse maschée. Item vne seule noix rance, ou pistée auec miel, les oste merueilleusement biē. Item les feues cuittes, passées, & pistées auec miel ostent toutes meurdrisseures & taches liuides. Ausi fait le letharge broyé auec miel y adioustāt feue passée. Aloë meslé auec miel y est ausi proufitable. Pareillemēt vn ceroine cōposée auec semēce d'anis, cumin, & cire. Item aux macules noires & liuides inueterées est bonne la racine de cocombres sauuages pistée auec miel. Ou en ceste maniere. Prenez suc d'absynce autrement nommé aloine, suc de raifort, huile de myrte, & de chamomille, de chacun vne once, auec cumin en poudre.

Aucu-

Aucunefois aduient en la face quelque noirceur,ou macule liuide,causées de ſang aſſemblé en la partie pour raiſon de contuſion ou inciſion precedente, & prenāt par ſucceſsion de temps couleur ainſi liuide.Pour la cure de laquel le faut premierement & des le commencement appliquer repercuſif cōme celuy qui eſt composé d'vn blanc d'œuf batu auec huile roſat , & vn bien peu d'huile de chamomille. Et apres cela faudra appliquer l'emplaſtre qui ſenſuit, lequel eſt de grandiſsime efficace. Prenez racines de la grand' & petite conſyre de chacune demie liure, fleurs de chamomille & melilot de chacune deux onces , demie dragme de ſaffran , farine de feues quatre onces , farine de ſenegré vne once & demie, beurre frais cinq onces. Apres auoir *Pour les contuſions de la face.*

bien fait bouillir lesdites racines, il les faut pister, & passer, puis y adiouster tout le reste en poudre auec vne once de cumin, & deux onces de suc d'absynce. Cest emplastre desseiche, & ressould fort toute matiere conioincte en contusion.

Contre les vestiges de la verole.

Maintenant pour les vestiges & cicatrices qui restent de la rogeole, ou de la petite verole, le litharge est bon, aussi est l'onguent fait de cristal chalciné & mis en poudre meslé auec eau de fraizes. Tresbon est aussi l'onguēt de verre suiuant la description de Manlius. Item prenez suc de citrons ou de limons demie once, & autant de suc de linaria, quatre aubins d'œufs biē frais, camphre vn scrupule, muscillages de semence de coing trois dragmes, & deux dragmes d'amidon, soit fait liniment.

Pour ce mesme est bonne l'eau de glayeul, ou l'eau des racines de sigillum Solomonis, ou de sigillum beatæ Mariæ.

Pour les cicatrices qui sont en la face est souuerainement bõne eau distilée de fiente humaine. Vernix liquide efface les cicatrices de bruslure. Le liniment fait du suc de l'herbe au chat, auec ceruse, & huile rosat, autant d'vn comme d'autre guerist en sorte les bruslures, qu'il n'y reste aucune apparéce, ny cicatrice. Le cataplasme qui s'ensuit guerist toutes cicatrices de bruslure, & fait reuenir le poil. Prenez chaux viue vne once, vieil oing de pourceau cuit & coulé demie liure, soit fait cataplasme selon l'art. *Pour les cicatrices de la face.*

Pour toutes macules de la face, & du cuir en quelque part que ce soit, est souuerain le suc de feuilles *Pour toutes macules.*

de glayeul meſlé auec farine de feues, de meſme vertu eſt le ſuc de limons meſlé auec du ſel. Autrement. Prenez farine de lupins, de lentilles, & d'amidon, de chacun trois dragmes, farine de feues deux dragmes, farine d'orge vne dragme, ſemence de raifort demie dragme, & auec laict faites liniment. Autre. Prenez bourrache deux dragmes, demie dragme de camphre, gomme arabique & tragaganth de chacun vne dragme & demie, trois dragmes de ceruſe, eau de ſerpentine, & de lis de chacune demy liure, eau de fleurs de balais, de morelle, & de nenuphar de chacune trois dragmes, meſlez les poudres auec les eaus, & faites tout diſtiler par alembic. Autre excellent qui oſte toutes macules. Prenez deux onces de criſtal, vne once de corail blanc, & les faites

trempeR en eau, ou ius de limons, puis y adiouſtez eaus de raues & de limons de chacune quatre onces, & faites tout diſtiler enſemble en alembic de verre, de ſemblable vertu eſt l'eau de vif argēt, l'huile de noyaux de ceriſes nettoye & efface les lētilles & autres macules du cuir. On fait vne confection en forme d'amydon de la racine de la petite ſerpentine, laquelle corrige & embelliſt la peau groſſe, noire, & ſquāmeuſe, la racine de garence miſe en poudre, & deſtrempée en vinaigre oſte non ſeulemēt les macules du cuir: mais auſsi les taches blāches qu'on appelle vitiligines.

Pour toutes creuaſſes, & principalemēt des leures.

Pour guerir les fiſſures des leures, prenez galles & ceruſe de chacun deux dragmes, tragaganthum & amydon de chacun vne dragme, auec graiſſe de poule ſoit

fait liniment duquel vous les oindrez, puis mettrez par dessus la pellicule qui est au dedens de la coquille d'vn œuf. Pour toutes creuasses & fissures, prenez lytharge d'argent, myrrhe, & gingembre de chacun vne dragme, & le mettez en poudre fort subtile, puis auec miel, huile, & cire vierge soit fait linimēt. Item l'onguēt fait de cendres d'escreuices de riuiere incorporées auec miel est fort bon à toutes creuasses prouenans du froid en quelque part qu'elles soient. Pour les creuasses des leures, & aux poupeaux des mammelles. Prenez spume d'argent, & myrrhe, de chacun vne dragme, gingēbre deux dragmes, cire & huile ce qu'il en faut, auec vn peu de miel soit fait liniment. Item est bō aux poupeaux fendus amidon destrempé en eau rose eñ

forme de liniment. Ou auec l'escorce interieure du sus, graisse de geline, & cire blanche soit fait onguent.

Pour blãchir les dents, & pour faire tenir celles qui branslent.

Pour blanchir les dents, & pour asseurer & resserrer celles qui brãslent, & contre les rheumes qui les corrosent & gastent. Prenez eau rose, & eau de sauge de chacune demie liure, eau d'origanum autremẽt nõmé mariolaine d'Angleterre, deux onces, allun de roche dix dragmes, cinamome six dragmes, faites bouillir le tout ensemble iusques à la consomption du tiers. De ceste decoction se faut lauer les dents chaudement, deux ou trois fois la sepmaine, de matin auant mãger. Mascher tous les matins racines de palma christi, cõserue merueilleusemẽt bien les dents en leur integrité. Poudre à blanchir les dents. Prenez cristal

ſubitement pulueriſé ſur marbre ou porphyre demie once, corail rouge & corne de cerf bien blanche le tout mis en poudre bien ſubtile de chacun deux dragmes, meſlez tout enſemble & vous en frottez les dents. Autre poudre qui blanchit les dents, conforte les genciues, & fait bonne haleine. Prenez corail blanc, criſtal aſſez torrefié, iris de florence, de chacun demy once, iunci odorati anguloſi, cinq dragmes, ſpica nardi vne dragme, & ſix dragmes de cinamome, & en faites poudre ſubtile comme deſſus. Et ſi la voulez plus odorante, y pouuez adiouſter vn peu de muſc, & ambre gris.

Des fauſſes dents. I'ay veu des perſonnes leſquelz pour auoir perdu leurs dents naturelles, ſe ſeruoient fort bien de dents d'yuoire, ou autre matiere:

lesquelles on posoit quād on vouloit. Et seruoient non seulement à mieux parler, mais aussi pour mieux mascher toute viande forte & solide.

Pour les gencives subgettes à defluxiō.

Pour les gēciues subgettes à defluxion, il les faut frotter du iaune de roses mis en poudre : ou bien auec vinaigre auquel aurez fait tremper vn peu de mastic, ou de vitreol, ou d'alum. Autrement. Prenez pain bruslé, origanum, de chacun demie dragme, & sel cōmun vne dragme, faites en poudre & l'appliquez aux genciues. Le sel bruslé arreste le sang venāt aux genciues, & toute autre defluxion. Quand elles sont laxes, & subgettes à putrefaction il les faut frotter de vinaigre squillitif. Aux dents corrosées & creuses, prenez semence de roses vne dragme, calami odorati veteris aut indici de-

Pour les dēts creuses.

mie dragme, & en faites poudre pour appliquer dessus. Autremẽt, prenez deux scrupules de fleurs de roses, dragme & demie calami aromatici, escorce de grenade vn scrupule, alum de plume, & cyperi de chacun demy scrupule, faites en poudre & l'appliquez.

Remede à la trop grande abondance de saliue.

Contre la redondance de la saliue, prenez semence de coriandre en poudre & la destrépez en vin, & en mouillez vostre langue. Ou mieux, mettez vne galle en poudre, & la destrempez en vin cuit & vinaigre, & vous en lauez la lãgue. Pour ce mesme est bõ se lauer de poudre de vitreol destrempée en vin, ou en eau ferrée d'vn carreau d'acier, & de ce frottez le dessus & dessous de la langue. Quiconque aussi maschera coriandre preparée, & confite, reprimera & restraindra la saliue qui tombe en

la bouche.

Reste maintenant à parler de la puantur d'haleine. Et pour la curer faut premieremét oster la cause d'icelle, laquelle est ou en la bouche, ou en l'estomac, ou au thorax & poitrine. Et pource telles haleines sont plus puantes deuant desieuner que apres, mais le mastic masché, ou la myrrhe dõne bonne odeur, aussi font l'escorce de citrons, ou de limons, la semence d'anis, agallochum, le malobathrum. Tout cela rend la bouche odorante à qui en maschera. S'ensuiuent de petites pilules pour tenir sous la lãgue, lesquelles dõneront bõne odeur. Prenez trochisques de gallia moschata, noix muscade, spica nardi, escorce de citron, bois d'aloës de chacun vne dragme, fin musc demy scrupule, & de ce formez pilules de la gros-

Contre la puanteur d'haleine.

Pilules pour faire bonne haleine.

ſeur d'vn pois ciche, deſquelz vous tiendrez ſous voſtre langue deux ou trois le ſoir, & autant le matin, en aualāt ce qui ſe liquefiera. Autremēt, prenez ſuccre fin, & ſuccre cādi de chacun deux onces, gomme arabic & ſang de dragon de chacun demy once, perles deux dragmes & demie, ambre gris vne dragme, noix muſcade vn ſcrupule, & de ce ferez vne maſſe auec eau roſe, de laquelle formerez petites pilules pour tenir ſous la langue cōme deſſus. A ce meſme eſt fort bon tenir vne formule de gallia moſchata entre les dents maſchelieres. Item porter habits odorants, chemiſes odorātes, & gands parfumez. Auſſi eſt bon vſer des trochiſques qui ſenſuiuēt. Prenez ladanum demy once, ambre gris vne dragme & demie, cloux de giroffle & noix muſcade de cha-

cun deux dragmes, du ſtyrax calamithæ vne dragme, & auec eau roſe, ou muſcillages de gomme arabique formerez petites pilules comme auons dit cy deſſus.

Contre puanteur de nez procedant d'vn amas d'humeurs putrides, leſquelles deſcendent des vētricules anterieurs du cerueau ſera remede ſouuerain d'vſer du naſipurge qui ſenſuit. Prenez bon vin ſuffiſante quantité, & faites bouillir dedés noix muſcade, macis, cinamome, giroffle, calamus aromaticus, ſpica nardi, & roſes rouges, & tirez de ceſte decoction par le nez. Ou bien deſtrempez gallia moſchata en bō vin chaud, & de ce vous lauez la bouche & le nez. Autrement, prenez vne pōgnée de mariolaine, vne once de miel blanc, deux dragmes de regueliſſe, & faites tout bouillir en- *Remede à la puāteur de nez.*

ſemble en ſuffiſante quãtité d'eau, & le faites couler, pour vn naſipurge, lequel vous tirerez par le nez auec vne eſponge, ou vn linge. Toutes puanteurs de nez qui procedent pour eſtre camus, ou bien de ces profondes vlceres que les Grecs nomment ozenæ, ſont quaſi toutes incurables.

Quelles feteurs ſont incurables

Les Iuifs, & retaillez, & ſemblable maniere de gens qui ne croyẽt point en Ieſus Chriſt, ſont ſubgets à certaine odeur fort puante. Aëce a redigé par eſcrit certaines potions conuenables à telle gent, pour-autant que l'odeur eſt corrompue à cauſe de l'humeur & ſueur putride. Parquoy faut purger telle putrefaction par le ventre, par les vrines, ou par eſtuues & ſueurs: & faut auſſi alterer ladite humeur, à fin de reſiſter à la putrefaction, & la dechaſſer. Et ſur

La puanteur des Iuifs.

outes choſes faut procurer la bõ-
ne digeſtion, car il n'y a rien qui
pl⁹ dechaſſe telle puãteur. Se frot-
ter de racines de chardon beniſt,
dechaſſe la feteur des aiſſelles, &
generalement de tout le corps. Et
qui la fera cuire en vin, & en bura
la decoction, vuidera grand' puã-
teur par les vrines. Les bains de la-
uande ſauuage, ou de lauande cõ-
mune des iardins, ſont grande-
mẽt proufitables à ceux qui ont le
corps mal odorant, & par conſe-
quent pernicieux & malencon-
treux. Puis que ſelon Galien, tou-
te choſe puante eſt pernicieuſe.

Toute puãteur eſt pernicieuſe.

Marcellus auteur, & apres luy le
vulgaire appelle la puanteur que
aucuns ont ſous les aiſſelles, le
bouc, ou le bouquin. Et eſt cauſée
ceſte feteur de quelques reſtes de
ſpermes. Parquoy ſi elle eſt fort
violente, elle pronoſtique lepre.

Du bouquin des aiſſelles.

Neãtmoins qu'elle prouiẽt aucunefois de trop grãde & intẽpestiue luxure. Dont dit Martial,

Par trop haster les œuures de Venus,
Ieunes cheureaux sõt tost boucs deuen⁹.

Des animaux odorants.

Aristote & Pline ont escrit que entre les animaux la seule Pãthere est odorãte. Nous trouuõs toutefois souuent des marmots qui sont odorants, & les martres sebelines aussi, à fin que ie laisse à part tant d'autres manieres de rats, & les hyenes, aumoins si ces grands chats qui font la ciuette sont hyenes comme aucũs ont pensé. Plutarque aussi escrit du grand Alexandre de Macedoine, que par les pores de son corps sortoit vne odeur si grande, & si suaue, que sa chemise en demouroit imbue, cõme si elle fust esté parfumée.

De l'odeur d'Alexandre le grand.

Mais pourquoy est-ce q̃ de toutes les parties de nostre corps les

aisselles

aiſſelles ſont les plus mal odorantes? Eſt-ce point pource qu'elles ſont le moins expoſées à l'air, & au vent. Au moyen dequoy procede grande putrefaction d'humeurs, combien que au reſte elles ſoient aſſez rares, comme on peut voir par le poil croiſſant en ces parties. Par meſme raiſõ les pieds ſont fetides, & puants: car eſtans ainſi munis & enuironnez d'habits, les ſuperfluitez de la partie ne ſe peuuent exhaller ny euaporer.

Pourquoy les aiſſelles ſont mal odorantes.

De la feteur des pieds.

Donques pour remede à ceſte puanteur des aiſſelles qui ſentent le bouquin, eſt ſingulier ſ'oindre & frotter la partie auec trochiſques de roſes ſelon la deſcription de Dioſcorides. Autrement. Prenez deux onces d'alum liquide, vne once de myrre, & les deſtrépez en bon vin odorant en forme

Contre la feteur des aiſſelles.

de liniment pour oindre la partie. Vous y pouuez adiouster si bon vous semble, d'amomum, & de spica. Autre maniere. Prenez letharge d'argent deux onces, feuilles de myrte deux dragmes, amomum vne dragme, le tout mis en poudre destremperez en vin pour appliquer aux aisselles. Autremét. Prenez deux onces de letharge, vne once d'alum, demie once de roses rouges, & deux dragmes de myrre, des trois sandaux de chacun vne dragme, gallia moschata demie dragme, faites poudre, & en vsez comme dessus.

Contre puanteur de pieds.

Contre la feteur des pieds est bon les lauer souuent de vin, auquel aurez fait bouillir roses, myrte, romarin, mente, lauande, mariolaine, sauge & melisse. La poudre d'espices aromatiques y est aussi bonne, par ce qu'elle corrige

a crudité de l'humeur, & par consequent dechasse la putrefaction. De mesme efficace est l'onction faite de letharge, vinaigre, roses, & sandaux.

Pour le gros col qu'on appelle vulgairement le goitre, faut premieremẽt noter que ceux qui sont durs & scyrrheux, ou cancreux, sont tous incurables, pareillement sont ceux qui sont faits par dilatation des vaisseaux. Les autres peuvent estre gueris par chirurgie, ou par medicaments.

Remede contre goitre, et grosseur de gorge.

Contre telles maladies de gorge sont propres les simples de Dioscoride cy mis en ordre, & premierement iris illyrica, la parelle autrement nommee patience, andrachne, plantaing, argenome, libanotis, le grateron, millefeuille, scordium, vmbilicus veneris, scrophularia minor, capilli veneris,

pseudobunion,le coriandre,le milium solis, les cappres, l'herbe du benioin,l'horge,l'yuraye,les feues, les lentilles, les lupins, le poyure, les figues qui ne viennent à maturité. Et entre les animaux y sont propres la vipere, la bellette, l'ongle & fiente d'asne.

Cõpositiõ à receuoir par la bouche contre grossеur de gorge.

Pour les compositions à prẽdre par la bouche pour telle maladie sont souuerains ceux qui s'ensuiuent. Et premierement ceste poudre. Prenez esponge bruslee, escorce d'auellanes, paille marine, papier bruslé, os de seiche, semence de plantaing de chacun demie dragme, poyure, gingembre, sel gemme, pierre ponce, noix muscade, cinamome de chacun deux dragmes, ellebore vne dragme. Au lieu de l'ellebore pouuez substituer demi once de bon polypode, & de tout ce faites poudre subti-

le, de laquelle donnerez à voſtre patiẽt chacun matin vne dragme deſtrempee auec eau de ſauge. Autre plus facile. Prenez eſpõge neuue bruſlee au four comme l'art le commande, & miſe en poudre demie liure, & luy en faites boire vne dragme auec vin blanc tous les matins deux heures auant diſner. Ou biẽ pourra tenir ſous la lãgue le matin auant mãger vne de noz formules, deſquelles la cõpoſition s'enſuit. Prenez pierre ponce, os de ſeiche de chacun demie once, eſpõge bruſlee cõme deſſus, ſix dragmes, ſuccre candi vne once & demie, auec eau de fenouil ferez petites formules pour tenir ſous la langue comme deſſus. Autrement. Prenez eſponge marine, eſpõge d'aglantier, paille marine, os de ſeiche, poyure long, gingébre, cinamome, ſel gemme, py-

Poudre excellente.

retre, de chacun deux dragmes &
en faites poudre ſubtile, de laquel
le tiendrez vn peu ſouuent le iour
en voſtre bouche, elle digere & re-
ſould merueilleuſement telles ma
tieres. Autrement. Prenez eſpon-
ge bruſlée, comme eſt dit, ſix dra-
gmes, trois dragmes de turbith,
dragme & demie de gingembre,
& les mettez en poudre, de la-
quelle prendrez tous les matins
le poix d'vn eſcu auec du vin, ou
par iours alternatifs.

Applications pour le goitre.

Applications exterieures pour
ce meſme. Prenez poudre de feuil
les de cypres vne liure, & auec vin
de preſſoir en ferez vn cataplaſ-
me, lequel appliquerez ſus voſtre
goitre, & de trois iours ne le chan
gerez. Les trois iours expirez y en
mettrez vn autre ſemblable par
autres trois iours, cõtinuant ainſi
de trois en trois iours iuſques à ce

que tout ſoit gueri. Autrement. Prenez letharge trois dragmes, poix reſine deux dragmes & demie, galbanum pur & net deux dragmes, æs vſtum dix dragmes, ammoniac & manne d'encens de chacun deux dragmes & demi, & vieil huile tant q̃ meſtier eſt pour faire emplaſtre. Il reſoudra fort bien le goitre, l'emplaſtre de calchãto y eſt auſſi bõ. Auſſi eſt l'emplaſtre de Cõcorregius qu'il a fait pour les goitreux, & boſſus. Item y eſt bõ l'huile qui ſ'ẽſuit. Prenez demie liure d'huile laurin, oliban, maſtic, gomme arabique, terebinthine claire de chacun trois dragmes, meſlez tout enſemble dedẽs le mortier, puis le faites diſtiler an alembic: apres prendrez ceſte eau diſtilée & y adiouſterez huile de cade, ou cendre de geneure, & la ferez diſtiler encores vn coup: &

Emplaſtre reſolutif.

de ceste derniere liqueur si vous oingnez plusieurs fois le iour vostre goitre, vous trouuerez qu'il se diminuera petit à petit.

Pour estraindre le tetin branstant.

Maintenant faut donner ordre d'appetisser, & restraindre ces grãdes mammelles pendantes, chose mal seante. Le ceroine cõposé auec œufs de perdris, & cire, les redresse & affermist fort bien. Aussi fait vn autre composé auec racines de lis blancs, huile rosat, & cire. Pour garder qu'elles ne croissent par trop, il les faut souuent oindre auec suc d'acacia. Ou les fomenter & bassiner souuent auec poudre d'encés destrempée en vinaigre. Le ius de cigne empesche que les mãmelles des vierges ne croissét. Aussi fait la fange qu'on trouue au fond des meules à barbiers, ou esmouleurs. Pour ce mesme seroit bien bon vn epithi-

me du ſuc tiré des feuilles & ſemẽce de patience. Item les feuilles de epidemiũ piſtees auec huile, & appliquées deſſus en forme de cataplaſme. Semblablement la cigue biẽ piſtee toute ſeule, retardent l'aduãcement deſdites mammelles. Autrement. Prenez alun, ceruſe, plomb bruſlé, lentilles torrefiées, de chacun vne dragme auec ſuc de plantaing, ſoit fait epitheme pour appliquer ſur les mãmelles. De meſme effect eſt le ſãg d'vn couchon. Autre. Prenez demie liure de feues cuittes & paſſees, deux onces d'huile roſat, ſuc de cichorée, & plantaing de chacun vne once, & dix dragmes de coquilles d'œufs de perdris, & de tout cecy ferez vn cataplaſme. Il affermiſt les mãmelles, il fait perdre le laict, & les garde de croiſtre. Et ſuffiſe de ceſte matiere.

S'ensuit à parler du vẽtre, & de donner les remedes pour le garder de rider. Pource il est bon l'oindre de la liqueur distilée d'aubins d'œufs cuits. De semblable efficace est le sang du cygne. Aussi est sa graisse recente, & appliquée chaudemẽt l'espace de neuf iours durant: ou se couurir autant de iours le vẽtre d'vne coiffe de mouton. Item pour guerir les fissures qui aduiennent au ventre des accouchees, il les faut oindre de graisse d'oye chaudemẽt. Ou bien leur appliquer vn ceroine composé du suc de racines de lis blanc, miel, & cire, fait au feu comme l'art le commande. Autre. Prenez vne liure de suif de mouton, & le lauez neuf fois en eau froide, ou plus tost en eau de lis, & la pistez fort en escume d'aubins d'œufs & vn peu de beurre frais. Quand

Contre les rideures du vẽtre.

Remede pour les fissures du vẽtre.

cela ſera bien piſté, vous y adiouſterez poudre de Liban, maſtic, & vernis autant d'vn que d'autre, & en ſuffiſante quantité pour faire liniment, duquel oindrez la partie affligée. A ce meſme eſt bon l'oindre d'huile de noix indiques. Itẽ d'vn liniment cõpoſé de la graiſſe qu'on tire de la matrice de la balaine fõdue en vn pot neuf de terre, & incorporée auec limure de corne de cerf. Le linimẽt fait de la cendre d'vne tortue bien agitée auec blãc d'œuf, ou auec laict d'aneſſe proufite non ſeulement aux creuaſſes du vẽtre, mais auſſi à celles des mãmelles, & des cuiſſes.

Pour rappetiſſer & eſtroiſſir la bouche de la mere apres l'enfantemẽt, eſt fort bon la baſſiner ſouuent d'eau alumineuſe, ou bien de quelque autre eau aſtringẽte. Auſſi ſont les peſſaires faits auec

Pour reſtroiſſir la nature d'vne femme.

ſuc de ſemence de la parelle verde, ou ceux qui ſont faits de galles lauées en eau de ciſterne, ou de pluye, & puis deſſeichées & miſes en poudre, & accommodée auec laine ou couton. Aucuns des modernes cõſeillent d'appliquer ſur la nature de la femme vn linge imbu en graiſſe de la matrice de balaine, puis d'appliquer par deſſus cedit linge vn emplaſtre composé de galles & noix de cypres miſes en poudre ſubtile & incorporées auec vn peu de cire. Autrement, faites tremper galles en bon vinaigre aſſez longuement, puis les faites ſeicher, quand elles ſeront bien ſeiches, les mettrez en poudre fort ſubtile, laquelle vous aſpergerez ſur ladite partie, apres toutefois l'auoir bien lauée. Il eſt auſſi fort bon d'appliquer au dedens de ladite partie feuilles de la

patience, autrement oxilapathū, bien pistées.

Les signes de virginité sont prins des extremitez du nez, de la grosseur du col, du parfum de iayet. Aussi pour boire d'ambre blāc ou iaune. Semblablemēt du parfum de patience autrement nommée parelle. Item pour les faire pisser sur mauues vertes (selon l'opiniō de Vitalis, lequel donne la description d'vne eau pour congnoistre ceux qui sont vierges). Si quelqu'vn boit du iayet conquassé, auec de l'eau, & il a perdu sa virginité, soudain il pissera sans s'en pouuoir garder, mais s'il est vierge il n'en sera point contraint dauantage.

Les signes de virginité.

Des femmes mariées. La pierre de l'aimant mise sous la teste de la femme dormant descouure si elle est chaste ou non. Pour garder

Pour descouurir l'impudicité d'vne femme mariée.

Pour faire que la femme ne aimera autre que son mari.

que la femme mariée ne s'abandonne à autre que à son mari, luy faut donner à boire secrettement le foye d'vne hirondelle bruslé, & mis en poudre, & meslé en vin. Ou bien, quand le mari voudra auoir sa congnoissance, doit premieremẽt asperger le bout de son membre d'vne certaine cẽdre laquelle Rasis a descrite pour ces fins. Pline au trentedeuxieme liure de son histoire naturelle, & quatrieme chapitre, enseigne le moyen comment les femmes mariées n'aimeront iamais les adulteres: aussi fait Rasis au liure des animaux. Le cœur d'vne chauuesouris descouure la femme adultere. Aussi fait la mesche de la lampe ointe d'ammoniac.

Remede pour la vulue fetide.

Contre feteur de la vulue, & nature feminine sont conuenables lauements, & basinements, &

suffumigatiõs humides & seiches faites d'eaus, liqueurs,& poudres cy dessous escrites. Prenez vne once d'assa odorata mise en poudre, demie once de semence de cyperi en poudre,ciuette,& musc de chacun demie dragme,deux liures de eau rose biẽ odorãte , & vne liure d'eau de fleurs d'orengers, le tout soit meslé en vne bouteille de verre bien bouchée,& mise au Soleil l'espace de deux iours, puis la serrez pour vostre vsage , & trouuerez chose singuliere . Autre. Prenez vne liure d'eau rose,vingt cloux de giroffle entier,musc,ambre gris , & cyuette de chacun vn scrupule, le tout mis en vne phiole de verre soit eschauffé aupres du feu, apres le lairrez refroidir & le garderez pour vostre vsage. Autrement. Prenez vne once de assa odorata cõquas-

ſée, & autant de bon giroffle, & du ſtorax calamitæ demie once, muſc & cyuette de chacũ vn ſcrupule, bois d'aloës vne once, demi ſcrupule de camphre, & quatre liures de bonne eau roſe, le tout mis en vne fiole de verre bien bouchée faut laiſſer bouillir l'eſpace de quatre heures in duplici vaſe, & puis le gardez bien pour voſtre vſage. Autrement. Prenez poudre de giroffle, bois d'aloës, ſtorax calamitæ de chacun vne dragme, cyuette demi ſcrupule, eau roſe muſquée quatre onces ou enuiron, le tout mis en vn vaiſſeau bien commode, ſoit faite petite ebulition. Autrement. Prenez vne once d'aſſa odorata, & demie once de ſtorax calamitæ, bois d'aloës & ladanũ de chacun vne once, roſes rouges ſix dragmes, ſemẽce de geneure deux onces, le tout

Parfums pour leme ſme.

ſoit

soit concassé vn peu grossement, pour faire parfum. Autrement, pour faire sentir bon le linge, les chemises, & vestements, & leur donner odeur fort suaue. Prenez cinq onces d'iris de Florence, sandal citrin dix onces, xyloaloës, giroffle, assa odorata, cyperi, coriandre preparée de chacune demie once, roses rouges quatre onces, storax calamite demie once, semẽce de basilic, & escorce de citron de chacun vne once, lauande demie once, mariolaine deux onces, calami aromatici trois dragmes, de macis vne dragme, musc vn scrupule, mettez tout en poudre, & en faites de petits sachets en taffetas, lesquelz vous garderez parmy voz chemises, linges, & habits.

Sachets pour faire sentir bon les vestements.

Pour blanchir les mains, & les biẽ nettoyer, il les faut lauer auec

Pour blãchir les mains.

farine de feues, ou auec du ris meſlé en laict, ou auec l'eau composée comme ſenſuit. Prenez demie liure de mie de pain bië blãc, deux liures de laict, & les laiſſez tremper enſemble aſſez long tẽps, puis les faites diſtiler en alẽbic,& gardez l'eau pour vous en lauer les mains. Autre maniere. Prenez demie liure d'amandes excortiquées,quatre pommes cuittes aux cendres,trois onces de bon ſauon, & de tout ce ferez vne confection auec eau roſe, laquelle ſera fort abſterſiue. Autremẽt. Prenez demie liure d'huile d'amandes douces, vne once de bon giroffle entier,& les mettez enſemble dedẽs vne fiole de verre biẽ bouchée au Soleil, par l'eſpace de huit iours. Cela vous rendra les mains belles,ſoupples,delicates, & douces. Les anciens ont vſé de miette de-

pain, & de ſon pour blanchir & nettoyer les mains. Ils ont auſſi vſé de medicaments abſterſifs, & de ſenteurs.

Et pource noz anceſtres ont eu cela en reuerence de ſe lauer les mains à chacun mets. Toutefois que maintenant les Princes changent ſeulement de ſeruiette à chacun mets, & ce pour auoir les mains nettes. Leſquelles (comme dit Anaxagoras) ſont miniſtres de raiſon & ſapiẽce. Car (comme dit le prouerbe cõmun) qu'y a il que les mains ne puiſſent faire.

Les mains ſont miniſtres de raiſon.

Il eſt temps de parler des petits cirons qui donnent tourment & nuiſance aux mains. En l'effloreſcence du cuir s'engẽdrent des petites beſtes, leſquelles par maniere de dire, ſont plus petites que ne ſont les petits atomes qu'on voit au rayon du Soleil, de maniere

Des cirõs.

que ne les voyent que ceux qui ont bien bonne veuë. Et ce neantmoins ils mordent en sorte qu'ils donnent demãgeson incroyable, & font souuent esleuer des pustules sur le cuir. Aristote toutefois dit, que dedens le bois s'engendre vne petite beste blanche nommée Acari, laq̃lle est estimée la moindre de tous animaux. Comment qu'il en soit, on voit en ces petites bestes vne grand' subtilité & industrie de nature, laquelle n'est en quelque part que ce soit plus entiere qu'en ces plus petites choses. Car aux grands corps il a esté facile d'y ouurer par l'abondance de la matiere obeïssante, mais en ces tant petits corps qui semblent n'estre rien, quelle raison, quelle force y a il? N'est-ce pas vne perfection si difficile qu'on ne la sauroit entendre, moins expliquer,

d'auoir mis tant de ſentiments en vn mouſcheron?

Il ſemble que ces petits cirons ſont engendrez d'vne corruption d'humeurs, & principalement de la ſeroſité du flegme, & de l'humeur melancolique : car ils ſont quaſi tous blancs, ſinon qu'en aucuns leur petite teſte apparoiſt noire. On les cognoiſt au moyen de certaines petites lignes qu'ils traſſent ſur le cuir en labourant. Les auoir deſcouuerts au moyen deſdites traſſes, on les tire facilement auec la pointe d'vne aiguille, ou d'vne eſpingle. Les corps cacochymes qui ont abődãce d'humeurs ſereuſes, ont volontiers beaucoup de telles beſtes. Parquoy pour bien guerir le demangement qui en procede, il faudroit premierement purger telle cacochymie par medicaments à

De la generation des cirons.

Pour guerir le demãgemẽt des cirons.

ce propices : & puis consommer telles serositez par medicaments resolutifs & abstersifs, y adioustant quelques astringents pour corroborer la partie molestée, comme a ià esté dit en la teigne. Toute sorte de vermine est tuée par choses ameres. Parquoy se lauer souuent les mains en vin blãc pur, ou auec farine de lupins trẽpée audit vin, les fait tost mourir, & si conforte la partie. Il est aussi bon de se perfumer les mains auec vne teste de hyosquiame pleine de semence.

Pour faire mourir les cirons.

Pour le demangemẽt & gratelle. Premierement faut entendre qu'il y a grand' difference entre le demangement, & la galle : car en la galle y a plus de matiere, & si elle est plus crasse & espaisse, & souuentefois plus lente & visqueuse, & est adherente non seulemẽt au cuir, mais aussi quelquefois en la

Pour demãgemẽt & gratelle.

mesme substance de la chair, y suscitant pustules de diuerses sortes: mais tout cela n'aduient point au demangement: pour-autant que l'humeur y est en moindre quantité, & plus subtile, & seulement adherente au cuir.

Or pour venir à la cure de toutes sortes de gratelles & demangements, il faut commẽcer par la flebotomie soit pour arrester la defluxion des humeurs, ou pour euacuer la cause antecedente. Car (comme dit Marcellus) les vices du cuir sont appaisez par saignée, moyennant toutefois qu'il ny ayt rien qui l'empesche: tel cas aduenant qu'on ne la peult deuëment administrer, faudroit y supplier par ventoses auec scarification, ou par sansues, & aussi par purgatiõs accommodées à l'humeur peccãte. Et pour le regard de la matiere

conioincte, ſeroient propices medicaments attractifs & abſterſifs, comme pourroit eſtre ſoulphre auec terebinthine, & non pas repercuſsifs. Item y ſont bons ceux qui ſont en partie digeſtifs, & en partie reſolutifs, comme vn roux d'œuf meſlé & fort battu auec ſoulphre, & huile roſat. Ou bien le liniment qui ſenſuit. Prenez ris & croye biẽ piſtez enſemble auec bon vinaigre, de chacun vne once & demie, ſoulphre vif vne once, & en faites liniment. Autrement. Prenez once & demie de terebinthine lauée en eau roſe, vne once de beurre frais ſans ſel, ſouffre & cereuſe de chacũ demy once, huile roſat vne once, auec deux aubins d'œufs ſoit fait onguent, auquel pourrez adiouſter ambre & muſc, & en telle quantité que voudrez.

Les ongles ſont données aux extremitez des doigts non ſeulemẽt pour la decoration & beauté de la main (comme a penſé l'Ariſtote) ains plus toſt pour la neceſsité & perfection de leur action, & pour la fortification & deffence des parties. Et ſont engẽdrées des fibres, des ligaments tendants à la derniere iointure des doigts, & de l'excrement des tendons finants à la racine des ongles. Parquoy elles croiſſent continuellement ſans iamais ceſſer, meſmes aux corps morts : mais alors elles croiſſent ſeulement en longueur comme le poil. *Des ongles.*

Hippocrates, & apres luy Galien atteſtent que c'eſt choſe belle & decente à voir que les ongles, leſquelles ne ſont ny plus longues, ny plus courtes que la chair. Ioint que quand elles ſont telles, les ex-

tremitez des doigts apprehẽdent & traitent beaucoup plus facilement tous petits corps. Par-ainsi vous entretiẽdrez voz ongles belles, & saines, si vous les rongnez vne fois la sepmaine, & ce le ieudy principalement. Et que la rongneure soit bien faite & de bonne grace. Pour oster les taches des ongles il les faut bien frotter auec chair de dates broyées en huile rosat. Item auec chair de citrons, d'orenges, ou de lymaçons. A ce mesme est bon de plonger souuẽt les maïs en eau chaude en laquelle aurez fait liquefier alum. Pour les rimes & fissures des ongles, il les faut souuent mouiller en eau distilée de l'herbe nommée langue de chien. Aux ongles saignantes faut appliquer poix meslée auec farine. S'il y a contusion, vous y appliquerez feuilles tendres de

Pour entretenir les ongles belles.

Pour oster les taches des ongles.

Contre les fissures des ongles.

grenardier, & de myrte, bien pistées. Aux ongles caſſées & rompues faut appliquer ſuc du petit centaure auec vne petite bende par deſſus. Aux ongles arrachées par cheute, ou par contuſion, ou bien par certaines apoſtemes qui viennent aucunefois en la racine d'icelles, il eſt fort bon d'aſperger par deſſus poudre de ſuccre fin. Pour oſter l'aſpreté & rudeſſe des ongles. Prenez ſoulphre vif, & roux d'œuf, autant d'vn comme d'autre, & les meſlez fort auec vn peu de bõ vinaigre, & l'appliquez deſſus. Mais Ariſtophanes auteur Grec ſe moquant de ceux qui ſont trop curieux à ſe polir les ongles, & teſtonner la perruque, & qui chargent leur doigts d'anneaux, il les appelle par vn terme dur & aſpre, ſphragidonychargocometas.

Aux ongles caſſées.

Pour embellir la face.

Ornements pour la blancheur & beauté de la face. Prenez demie liure de letharge en poudre passée, & la faites cuire en bon vinaigre, iusques à la consomption d'vn tiers la mouuant tousiours auec vn baston. Estant ainsi cuitte la faut faire distiler, & de la liqueur qui en sortira vous vous lauerez le col,& la face. Autre pour la splēdeur de la face. Prenez racines recentes de lis, de la petite, & de la grand' serpētine,de chacune demie liure,eau de fleurs de feues vne liure & demie, eau rose huit onces, & le faites distiler à petit feu, vous y pouuez adiouster vn bouquet, ou sommité de fenouil, & cinamome de chacun deux dragmes, & vous en lauez la face deux fois le iour. Autre eau excellēte pour ce mesme. Prenez fleurs de feues,amandes ameres,feuilles

Pour faire la face resplēdissante.

de pescher, de chacun trois onces, & laict de chieure autant que de tout le reste, & tout cela distilé en alembic, vous prendrez huit aubins d'œufs durs cuits en l'eau, lesquelz mis en pieces vous mettrez dedens ceste liqueur distilée, en mouuant longuement le tout ensemble, puis les ferez distiler pour la seconde fois à petit feu, y adioustant deux dragmes de camphre.

Autre eau pour blāchir & embellir la face. Prenez fleurs de roses blanches, de nenuphar, & de sus, & de lis (auoir osté le iaune du milieu) & fleurs de feue de chacune vne liure, eau de fraizier demie liure, mie de pain blanc tant que bon vous semblera, douze blancs d'œufs durs cuits en eau, deux onces d'encens blanc, & par dessus tout cela vous aspergerez ceruse en poudre, suffisante quantité, &

le faites diſtiler tout enſemble en alembic. Et de celle liqueur vous lauerez la face ſoir & matin.

Eau ſinguliere pour la face.

Autre treſſinguliere, prenez eau de blancs d'œufs bien frais, faite par agitation d'vne eſponge, ſuffiſante quantité, & autant de ſuc de limon, fleurs de lis, & de ſus de chacune trois onces, & faites diſtiler tout enſemble en chapelle. Ceſte eau réd la face d'vne fort belle ſplendeur. Autre eau laquelle conſerue en la face & au reſte du corps la ieuneſſe. Prenez deux onces d'eau de vie, eau roſe, & de fleurs de feues de chacune quatre onces, eau de fleurs de nenuphar demie liure, meſlez tout enſemble, & y adiouſtez vne once de gõme de tragacanth bien blãc, & les laiſſez au Soleil l'eſpace de ſix iours, puis le coulez par vn linge biẽ net, & de ce oindrez voſtre

face le matin, ſans le torcher.

Autre maniere pour faire belle face. Prenez feuilles de romarin, & tartre de vin blanc, autant d'vn que d'autre, & moyéne quantité, & les meſlez, & laiſſez tremper en ſuffiſante quantité de vin blanc, puis faites tout diſtiler enſemble pour voſtre vſage. A ce meſme. Prenez fleurs de feues, & les laiſſez tremper en bon vin blanc, dedés vne bouteille de verre, au Soleil vn iour ou deux, puis les faites diſtiler à petit feu. Autre fort facile. Diuiſez telle quantité de limós que voudrez en trois, ou pluſieurs parties, & les faites cuire en vin blanc, & de ceſte decoction vous lauez la face & les mains. Se lauer le viſage d'eau de romarin, & d'eſclere, fait que le cuir ridé & fletri, ſe monſtre ieune. Et outre ce l'eau de romarī réd le viſage beau, & le

conſerue en ieuneſſe. Item ſe parfumer la face à la vapeur d'vne decoctiõ faite de feuilles & fleurs de romarin, fait renouueller la ieuneſſe. Autre rẽdant la face clere, & ieune. Prenez douze œufs frais de geline ſans coquille, vne once de cinamome, & vne liure de laict d'aneſſe. Le tout ſoit diſtilé en alembic, & en gardez la liqueur pour vous lauer la face.

Pour faire bouche de corail & ioues vermeilles

Pour faire les leures & les ioues vermeilles, prenez breſil, alum, & grana tinctorũ, & piſtez tout enſemble auec eau de vie. Autremẽt. Prenez limure de breſil, alum, & graine de vermillon, de chacun vne dragme, & en faites poudre ſubtile, & la deſtrempez en eau de vie. Autre maniere. Prenez breſil, ou racine de garance telle quãtité que vous voudrez, puis la piſtez & les faites bouillir en eau

clere

clere & douce,iuſques à ce qu'elle deuienne rouge, alors y ferez diſſoudre vn peu de maſtic & d'encens bien fort blanc:cela fait,vous prendrez du coton, & le tremperez par pluſieurs fois dedens ladite decoctiō, puis le lairrez ſeicher au Soleil,& le garderez bien couuert en vne boite qu'il ne ſeſuente,pour vous en frotter les leures, les ioues,& les ongles quād vous plaira. Autrement, prenez garence,breſil,& ſemence de vermillon de chacun demie once, deux dragmes d'alum , carmeni trois dragmes, & de tout faites poudre ſubtile, laquelle deſtremperez en eau roſe , puis la ſeicherez au Soleil, cela fait vous la garderez en vn vaiſſeau de verre bien couuert. Et quand en aurez affaire,vous en deſtremperez vn peu en eau roſe, & auec le coutō taint ſuſdit, vous

en oindrez voz leures, & voz ioues. Aucunes femmes ſe frottẽt auſſi les ioues auec alum de plume, pour les ſe faire rouges, & telle rougeur dure trois iours, voire ſi vehemente, qu'il ſemble qu'elles ont le feu à la ioue.

Or pour donner fin à ce petit traité, nous conuient vn peu faire mention des choſes qui proufitẽt, ou nuiſent aux parties nobles & principales. Commenceant donques à la teſte nous garderõs l'ordre de nature iuſques à la fin.

Des choſes cõtraires à la teſte.

Premieremẽt les choſes contraires & dõmageables à la teſte ſont les vins fort fumeux, toutes choſes rudes, auſteres, & odorantes, le laict, beurre, fourmage, noix, l'ombrage du noyer, les dates, les meures de buiſſons, le fruict de l'arboſier, les oliues, les aulx, les ongnõs, le raifort, le creſſon alenois,

la roquette, les ers, le ſenegré, l'yuraye, les feues, les faſeoles, les lentilles, le iuſquiame, & le nenuphar.

Les choſes proufitables & ſalubres au chef ſont, mãger chair de gelines, amandes, auellanes, roſes, romarin, mariolaine, hyſop, fleurs d'amãdiers, les pommes & leur odeur, poires, coings, le ſpica nardi, le ſtœchas, le cinamome, le caſſia lignea, les cubebes, le galanga, le macis, le giroffle, la noix muſcade, le galia moſchata, le xyloaloës, l'ãbre gris, les myrabolãs embliques, l'electuaire des Rois, l'electuaire des Prelats, l'electuaire diãbra de Meſuë, le pliris arcoticon de Nicolas, la theriaque, le ſuccre, alkilil, l'huile de myrte, l'huile roſat, le ſené, les pilules ſtomachiques de Meſuë, ſe pigner tous les matins au ſortir du lict auec vn pigne d'yuoire. Item vſer de parfums ag-

Des choſes propres au chef.

greables de quelques choſes odorantes, ſe lauer ſouuent les pieds, ſe lauer la teſte deux fois le mois la conſerue en ſanté.

Les choſes contraires aux ſens.

Les choſes qui endommagent, & troublent le ſens, ſont ebrieté, l'yuraye, les ongnons, les feues, le pauot, la tierce eſpece de morelle qu'on appelle ſomnifere, la iuſquiame, la mandragore, l'opium, le coriandre, l'arbre qu'on nomme le plane, le ſaffran, le lierre, la couleuree, le vinaigre, la croye, le vif argent, la pierre galarites, laquelle ſi eſtant encloſe en la bouche elle vient à ſe liquefier, elle trouble l'entẽdemẽt. Auſſi fait la pierre memphitis miſe en poudre, & prinſe en breuuage auec vn peu d'eau.

Les choſes bonnes & propres aux ſens.

Qui confortent les ſentiments ſont les choux, la laictue, la mouſtarde, le ſel gemmæ, l'agaric, le ſe-

né, le ſtœchas, l'ellebore noir, les pilules elephãgines, les pilules ſto machiq̃s. Itẽ les aggregatiues de noſtre deſcriptiõ, les pilules lucis maiores, & minores de Meſuë, les pilules ſtomachiques d'Auicẽne.

Aux yeux & à la veuë ſont contraires le trop dormir, & le trop veiller, le dormir ſoudain apres le paſt rẽpliſt le cerueau de vapeurs, & dormir les pieds chauſſez y eſt auſſi contraire, auſsi ſont la poudre, la fumiere, le plourer, la faim, le ieuner, venus, le trop trauailler, ſe faire ſouuẽt ſaigner de la veine du chef, ou de celle du foye, regarder trop attentiuemẽt choſes menues, ou choſes fort reſplẽdiſſantes. Item le vinaigre, les pourreaux, les aulx, les ongnons, les choux, l'aneth, le baſilic, la laictue, la pourchaille, & generalement toutes choſes prouoquans le ſom-

Les contraires des yeux.

meil, le sel & toutes saleures, les poissons, toutes especes de legumes, la raifort, & tous laictages. Et quant aux pierres precieuses celle qu'on nomme panthere pour auoir diuersité de couleurs, offusque la veuë. Aussi font la chelidoyne noire, & le medo noir.

Les choses confortans la veue.

Les choses qui cōfortēt la veuë sont, l'vsage de tourterelles, perdris & petits oiselets. Item l'vsage du fenouil soit cuit ou crud, l'usage des raues & naueaux, le brouët & la chair de serpent, les myrabolās cepules, embliques & citrins confits, la noix muscade cōfite, le succre olusar, la confection alkab de Mesuë, le sotira d'Auicenne, le triphera sarracenica de Nicolas, le triphera sabor de Mesuë, le hiera picra de Constantin, le sené, les pilules du seul aloë formees auec ius de choux, les pilules de

Mesuë qu'il escrit en la cure du mal de teste procedant de cause froide, & les pilules sine quibus de Nicolas conseruent la veuë. Aussi font les simples contenus en cest Epigramme des medecins de Salerne,

Rose & fenouil, rue & l'esclaire,
Verueine außi fait distiler:
L'eau t'en fera la veue claire,
Si en tes yeux la fais couler.

Prenez de la petite triphera quatre onces, sõmitez d'euphrasia en poudre vne õce, & de ce ferez vne mixtiõ en forme d'opiate pour en vser tous les matins: cela conserue & aiguise la veuë. Le pigner souuent d'vn pigne d'yuoire diuertist & attire à la superfice du cuir, les vapeurs qui nuisent à la veuë.

Item regarder souuent en vn bon mirouer bien net, & bien clair, conforte merueilleusement

la veuë. Aussi fait de regarder choses verdes, comme vne esmeraude, ou escharbot verd, pareillement prousite à la veuë de s'exercer en la lecture de belle lettre, & de moyéne grosseur. Quand l'œil est molesté d'auoir regardé quelq̃ grand lumiere, ou quelque chose fort resplendissante, il se remet en nature en regardant couleur noire, ou biẽ assurée. Parquoy on dit communemét qu'il est bon de regarder l'agathe, & le saphir.

Les preseruatifs des yeux.

Des preseruatifs qu'on porte au col, ou autre part sur soy, sont la semence de la grand' serpentine, les yeux d'vn piuerd. La pierre ophthalmicus aiguise la veuë de celuy qui la porte sur soy, mais il offusquera les assistans. La pierre nommée buzedi cõforte les yeux debilitez par la splendeur du Soleil. Pour faire que les yeux des

petits enfans ſoient de couleur du verd gay, bruſlez auellanes, & les incorporez auec huile en forme de linimẽt, & de ce leur oingnez la teſte. Autant en fait lutum hauen de Serapio. Quand la femme enceinte mangera des rats ou ſouris, ſon enfant aura les yeux noirs, ſi Pline dit la verité.

Pour donner belle couleur aux yeux des petits enfans.

Les choſes cõtraires aux oreilles & à l'ouir ſont, l'extreme chaud, le froid extreme, les grãds bruits, & ſons vehements, comme de tõnairres, cloches, & artilleries. Car l'exces & violence des choſes ſenſibles, corrompt les ſentiments, cõme appert de l'horrible ſon du Nil au lieu nommé Catadupa, lequel eſt ſi eſclattant que les habitans du lieu en ſont tous ſours ou ſourdauts. Item nuiſent à l'ouir les aulx, la mouſſe ou poudre des feuilles de plane, & les petits

Les cõtraires des oreilles.

corps qui tombent dedés, comme poix & ſemblables.

Les choſes qui confortent les oreilles.

Il eſt proufitable aux oreilles de purger le cerueau par compoſitions d'aloës, par naſipurges, par maſticatoires. Il eſt bon auſſi de les nettoyer ſouuent auec cur'oreille de xyloaloës. Item le vinaigre tiede getté dedés l'oreille corrobore les inſtruments de l'ouir, auſſi fait la vapeur de la decoction d'abſynce, ou poliot.

De l'odorat deprané.

L'imperfection & faute de l'odorat & flairement, procede de frigidité de cerueau, ou de l'indiſpoſition des eſprits, ou bien par la faute de l'inſtrument: comme quãd humeurs catarrheuſes fluẽt par le nez en grand' abondance, ou que le nez eſt oppilé, ou bien qu'il eſt camus, ce qui vient quelquefois par la faute du palais: car, comme dit Hippocras, ſi quelque

os du palais de la bouche vient à tomber, il faut necessairemẽt que le nez s'abbaisse.

Tout ce qui est proufitable aux narines, est aussi vtile à l'odorat: car le nez est la voye & chemin des senteurs. Et parainsi il sert nõ seulement à l'odorat, & à la respiration, mais aussi à purger le cerueau. A ces choses donques sont propices les trochisques de nielle, ou de semence de basilic, aussi la mente, & generalement toutes choses de bonne odeur hors mis les roses & violettes, l'odeur desquelles prouoque defluxion par le nez. Item sont proufitables au nez les nasipurges abstersifs & nettoyãts les narines, lesquelz sõt faits de fleurs de pauot sauuage, ou de ius de glayeul, ou de cocõbres sauuages auec du laict. Aussi sont vtiles les nasipurges aperi-

Les choses bonnes au nez, & à l'odorat.

Les roses & violettes contraires à l'odorat.

tifs. Item ſont vtiles l'odeur de mente, d'anis, de nielle Rommaine vulgairemẽt appellée poiurette, odeur de ſemence de baſilic, la vapeur du vinaigre, s'oindre les narines de l'huile benedic de Nicolas. Pour arreſter la diſtilation des excremẽts qui viẽnẽt au nez, prenez ſoulphre & le faites infuſer en vinaigre ſur les charbons ardents & en receuez la vapeur.

De la bouche, & du palais, & de leurs cõtraires.

Maintenant pour l'obſeruation de la bouche, faut noter que à la bouche & au palais ſont contraires les choux, les cappres, & les melonges: car ils ſuſcitent des puſtules en la bouche. Le grãd vſage de noix y engẽdre verrues & apoſtemes: le raifort nuit au palais.

Les choſes cõuenables à la bouche

A la bouche & au palais d'icelle ſont vtiles les meures de meuriers, & le ius d'icelles. Le veriuſt meſlé auec miel, ou auec vin doux

est proufitable au palais. Aussi sôt le miel, les galles, le vinaigre squillitif, & l'eau de cisterne.

Des dents & de leurs cõtraires.

Aux dents nuisent le raifort, le pourreau, les choux, les dattes, les grenades douces, & le laict.

Pour la cõseruation des dents & gẽciues

Pour les dẽts est fort bon les lauer souuent de laict d'anesse. Le beurre & le miel meslez ensemble sont fort bõs pour les vlceres des gẽciues, & de la bouche. Aussi sont la squille, le vinaigre squillitif, la decoctiõ des racines d'aspar ges, vn lauemẽt composé de poyure & vinaigre, ou de myrrhe auec vin. Pareillement est bon de mesler du mastic aux poudres qu'õn fait pour frotter les dents.

Les cõtraires à la lãgue.

Les contraires à la langue sont manger & mascher souuent des noix, car elles font begueyer. Et qui oindra sa langue de letharge, ou de calchantum destrempez en

quelque chose, ou qui les appliquera en poudre, elle en aura son mouuement plus tardif, & viendra quasi immobile.

Les choses cõmodes à la langue.

Pour les commoditez de la langue, est assauoir que langue tardiue, pesante, & empeschée trouue ayde & amandement à manger des choux. Car l'vsage des choux conforte les muscles, & les iointures, à ceste cause non seulement il accelere la parole aux petits enfans, mais aussi le marcher. Pour deslier la langue empeschee, il la faut frotter de miel. Item est bon à ce mascher romarin & origã ensemble, ou bien tenir en sa bouche cubeles, giroffle, acorus autrement nommé racines de flamme bastarde, huile d'abricots, confectio anacardina de Mesuë, la confection des philosophes, le hieralogodion de Nicolas.

Les choſes contraires au goſier ſont entre les adſtringẽts les fruits verds aſpres & auſteres comme ſont glands, chaſtaignes, cormes ou ſorbes, neſfles, raifort, amydon, le mouſt, l'hyppocras, le iuſt de flambe ou glayeul, les hermodates, le plane, & l'ortie. *Les cõtraires au goſier.*

Les choſes conuenables au goſier ſont les figues ſeiches, les iuiubes, la regueliſſe, le fruict de myrte. Car ce fruict & les cubebes ſont de ſemblable eſpece, & ſemble qu'il n'y a autre difference ſinon q̃ les cubebes ſont fruicts de myrte ſauuage, & les autres ſont domeſtiques. *Choſes vtiles au goſier.*

Les choſes nuiſantes à la groſſe artere par ou paſſe la voix (qu'on appelle vulgairement le ſifflet) & contraires aux poulmons, & à la poitrine ſont, pourreaux, lentilles, chaſtaignes, le fruict azetdrat, *Les cõtraires du ſifflet, & poulmons.*

les pommes, l'aigreur du citron, les aulx, le fruict de l'eſglantier, la poudre de feuilles de plane, poudre & le fruict de ſcotanus, & l'halaine d'vn chat.

Choſes vtiles à l'artere, & aux poulmons.

Auſdites parties ſont bons & propices feues, faſeoles, poix ciches, & principalemẽt les blancs, ſenegrec, ſuc de froment, hyſop, ſauic, eſpinards, la laictue auec le miel, le thym, l'origan, le pauot blanc, la mouſtarde, les courdes, le fenoil, le ſaffran, le cinamome, les grenades douces, les figues, les dattes, les iuiubes, les raiſins confits mondez, amendes douces, pignõs, regueliſſe, laict, beurre, poulmons de renard, les grenouilles, eſcreuices, tourtues, lymaçons, les gros vins doux ſont proufitables aux maladies de la poitrine, le ſuccre fin, l'electuaire des Rois, & celuy des Prelats.

Le

Le cœur eſt offenſé de toutes mauuaiſes & puantes odeurs. Et entre les paſſions de l'ame toutes celles qui ſont vehementes ſont contraires au cœur, & principalement dueil & triſteſſe, crainte & frayeur, chagrin & ſoucy. Le laict eſt fort contraire au battement de cœur, auſſi eſt le coriandre, le pſyllium. Et entre les medecines purgatiues, l'alſcebran, la coloquinte, le ballay ou geneſt, la ſcammonée, le mezereon, le thymælea, l'ellebore, & l'euphorbe.

Du cœur, & de ſes cõtraires.

Denombrement des choſes cordiales, c'eſt à dire qui confortent le cœur, & premierement la chair de perdris, les lymaçons, la bourrage, la bugloſe, la ſcariole, l'endiue, la mente, la meliſſe, l'ozeille, les roſes, le romarin, le baſilic, les poires, coings, grenades, citrons, oréges, limons, peſches, poires confi-

Les choſes cordiales.

tes, pommes aigres, le barberis, pommes confites, & le ſyrop d'icelles, la bugloſe en compoſte, le ſyrop de lis, la confection de hyacintho, le diamargaritum de Nicolas, les perles, le xyloaloës, limaille d'or, feuilles d'or, les myrabolans embliques confits, l'ongle d'vne aigle enchaſſée en argent, & pédue au col en maniere qu'elle touche la chair.

Les cõtraires à la gueule.

A la gueule ſont contraires l'eau extrememẽt froide: auſſi ſont toutes choſes adſtringentes, acerbes, aigres, aſpres, verdes, & tout vomiſſement auſſi.

Les preſeruatifs de la gueule.

La gueule eſt conſeruée en ſa ſanté & bonne diſpoſition par bouillons de poules, ou de mouton bouillis auec regueliſſe, ou auec choux, auſſi par la mouelle des os, par œufs mollets cuits à la coque, & pour boire vin doux.

Les choſes cõtraires à l'eſtomac, & à ſon orifice ſont la chair de canard, & d'oye, la chair de tous oiſeaux de proye, les queuës de tous animaux, le cerueau, la mouelle, beurre, feues, faſeoles, lentilles, malues, bettes ou porée, arroches, choux, pourreaux, mercuriale, baſilic, coucourdes, cocombres, boire ſuc d'abſynce, ou de coriandre, les cappres, figues nouuelles, prunes, ceriſes douces, abricots & auantpeſches, pommes verdes, melons, neffles, le fruict de l'arboſier, les grenades douces, la chair de citron, les dactyles, iuiubes, auellanes, noix, oliues meures, huile, laict, formage, raifort, raues, truffes, chãpignons, ou ſaucerons, le vin mouſt, & le ſuccre violat. *Les contraires à l'eſtomac.*

A l'eſtomac ſont cõuenables & propices perdris, mammelles d'animaux, la membrane interieure *Les choſes propices à l'eſtomac.*

du guiſier des poulets, & gelines, les limaces de mer, les limaces rouges terreſtres, les ouiſtres, les roux d'œuf, le millet, la cichorée, la ſcariole, le pourpied, les eſpinards, laictues, aſparges, fenouil, ozeile, ache, mēte, meliſſe, origan, ou mariolaine ſauuage, eſchalottes, ongnōs, mouſtarde, artichaut, amandes verdes, piſtaches, ceriſes aigres qu'on appelle en Lyonnois griottes, poires & pommes de coing, berberis, eſcorce & ſuc de citron, fraizes, peſches, poires cuittes auec ſuccre, pommes aigres ſuſannées cuittes, & crues prinſes apres le paſt, paſſerilles, regueliſſe, le ſyrop de coings confits, & celuy de ribes, les mirabolās embliques, cepules, noirs, & citrins confits, la confectiō de peſches, & de coings de Meſuë. Le verius & vinaigre. Le vin aſpre eſt ſouuerain à l'ori-

fice de l'eſtomac quand il eſt laſche: & cõforte l'eſtomac par trop chaud. Le petit vin vn peu aſtringent, appaiſe la douleur de teſte qui eſt cauſée des vapeurs eſleuées des mauuaiſes humeurs qui ſont en l'eſtomac. Le vin ferré, & l'eau ferrée auec carreau d'acier ardent ſont grandement proufitables à l'eſtomac, & à l'orifice d'iceluy, quãd ils ſont debilitez par quelque indiſpoſition chaude. Itẽ ſont proufitables à l'eſtomac le cinamome, le galanga, le giroffle, poyure, macis, noix muſcade, gingembre, ſaffrã, ſuccre roſat, & ſuccre alkilil de Meſuë. Et entre les preſeruatifs qu'on pend au col pour l'eſtomac, ſont approuuez le iaſpe verd, l'eſmeraude, la pierre nommée iaſis, & le corail. *Preſeruatifs pour l'eſtomac.*

Pour ayder à la digeſtion debile ſont conuenables entre les mede- *Aydes pour la digeſtion.*

cines purgatiues l'aloës, la hiere ſimple de Galien, les pilules aleſaugines, le diarhabarbarum. Et entre ceux qui confortent l'eſtomac & la digeſtion ſont le poyure, le giroffle, le cinamome, la noix muſcade, le ſaffran, le gingembre, les carottes, les confitures de citrons, & de bugloſe, la confectiõ de galanga, & de coings de Meſuë: electuarium ducis, le diahyſopum, ciminata alexandrina, le tout de Nicolas, le diarhodum, le diacinamomum, le diambra, l'aromaticum roſatũ de Meſuë, le diacalamẽtum, & le diatriapipereon de Galien. Le vin ſubtil, fauue, & blanc ayde moult à la generation des bonnes humeurs, & à la digeſtion.

Pour empeſcher que la viande ne ſe corrompe en l'eſtomac.

Les grenades empeſchent que la viãde ne ſe corrompe en l'eſtomac, auſſi font le vinaigre, & le

veriuſt, le ſuc d'orẽges, & de citrõs, le ſuc de limõs & d'ozeille, ſi vous y ſaucez voſtre viande.

Les choſes contraires au foye ſont les figues, les dates, les paſſerilles, ou raiſins confits, iuiubes. Toute maniere de laict eſt nuiſible au foye mal diſpoſé, le baſilic, l'aloë, la coloquinte, l'euphorbe, le mezereon, la ſerpentine, le ſerapin, l'eſula, l'aſſa, la ſcammonée, le ſcobran, l'albuca, l'epithyme, l'aſur autrement nommé lapis lazuli, lapis armenus. Le vin doux opile le foye par ce qu'il y eſt attiré ſoudain, & en grand' quantité par les veines meſaraiques, mais la plus ſubtile partie d'iceluy penetrant par les petites veines du foye, laiſſe en derriere la ſubſtance groſſe & terreſtre, qui eſt la cauſe de l'obſtruction.

Les contraires du foye.

A l'imbecilité du foye ſont prou-

Les cõfortatifs du foye.

fitables les raisins confits, doux & aigres, la cichorée, la scariole, l'aloyne ou absynce romain, lagrimoine, les pistaches, le foye d'vn loup, la chair de limaçons bié apprestée, l'eau de limaces distilée, manger le foye d'oye, boire eau d'orge, le spodium, le rheubarbe, la canelle, les trochisques de rhabarbaro, les trochisques de rosis, & de eupatorio, le diatriasantaló, le diarhodum, diacubebe, le dialacca, le diacucurma, cófectio hepatica selon la description de Serapio, le succre alusar, la pierre d'arondelle attachée au bras dextre.

Les contraires à la ratelle.

Les ennemis de la ratelle sont toutes manieres de bignets soient au miel ou autrement, toutes especes de gasteaux, & tourteaux faits de laict & fourmage, le fourmage vieil, froument cuit auec laict, les lentilles, toutes sortes de

laictages sont contraires à celuy qui a mal de rate, les melonges, les dattes, figues, passerilles encores qu'elles soient mondées, choux, champignõs, chair de beuf, venaison, & toutes chairs excrementeuses, cõme canards & autres oiseaux de marets ou riuiere, les poissons qui n'ont point d'espine, comme le calemar, la seiche, le polypus, le thon, le pelamides, tout poisson à coquille, limaces de mer, le poisson qui porte le pourpre nommé murex, les limaçons terrestres, les œufs rostis aux cendres chaudes. Le vin doux, & toutes viãdes preparées en vaisseaux d'æraĩ nuisent à la ratelle.

Les aydes de la rate.

Les choses familieres & salubres à la ratelle sont, l'escorce de la racine des cappres, l'herbe nommée du vulgaire langue de cerf, le ceterach ou perce oreille, la racine

de bruyere, le fruict & tronc de thamaris, la ſemence de agnus caſtus, le ſaffran, le cinamome, l'eau ferrée ou acerée, le vin auquel aurez eſtaint or ardēt, boire en vaiſſeau de tronc de thamaris, ou de lierre noir, ou en bouteille de freſne, combien que la limure de freſne trempée en leur breuuage leur ſoit pernicieuſe. Pour guerir en trois iours ceux qui ont douleur de rate, prenez trois rouelles de lierre noir, & les liez en vn linge auec du fil, & le pendez à voſtre col en forme de preſeruatif. De meſme vertu eſt l'hieble. Item eſt bon à cecy de pendre vn leſard verd dedens vn pot ou autre vaiſſeau deuant la porte de la chambre ou couche voſtre patient. Les empiriques tiennēt pour certain, qu'en montāt & deſcēdant mouuoir le pied ſeneſtre premier que

Pour guerir en peu de iours toute douleur de rate.

le dextre est moult vtile pour la santé de la ratelle. D'auantage disent les empiriques, que contre douleur de ratelle est bõ se chausser premierement le pied droit, & deschausser le senestre le premier.

Du vẽtre inferieur, & de ses contraires.

Le ventre inferieur est greué de manger pommes verdes, grenades, figues seiches, coucourdes, laictues, bettes, poirée, fourmage, seméce d'affrodilles, autrement hasta regia, de la couleurée, de la scãmonée, & du sené.

Les choses qui cõfortent le vẽtre inferieur, les intestins & le gros boyau.

Les choses qui confortent le vẽtre inferieur, & les intestins sont, les myrabolans belleriques, les embliques, & cepules sont vtiles au gros boyau. Au sac qui est le premier des trois gros, sont proufitables les noix communes, les noix muscades, les dattes, les passerilles mangées auec leur seméce

au cœur ieun. Les poires, & les grenades confortent les inteſtins, auſſi font les meures verdes, & les cormes, le ſiſamin conforte le cinquieme inteſtin nõmé colon, auſſi font les amandes ameres confites, l'anis, & les chaſtaignes. Au ventre ſont bons le cocombre, l'ache, les malues, les lentilles, le pourpier, l'electuaire de gingembre, le maſtic, la gomme Arabique, la ramec, la rue. A l'imbecilité des inteſtins ſont conuenables la fleur de ronces, l'adianthum album, le myrte, le ſyrop de coing & de põmes, le vinaigre ſquillitif, & le vin pouſſé.

Les contraires au ſiege.

Au ſiege & fondement contrarient les figues ſeiches, le baſilic aquatique, laloë, le mourron portant fleur rouge prouoque la deſcente du ſiege, mãger continuellement chair de gelines nuit au

fondemét, auſſi fait la coloquinte.

Pour conforter leſdites parties ſont bonnes les malues, le melilot, le myrte, le maſtic, le plantaing, la roſe, le plomb bruſlé, le ſuc de rõce, le ſuc de grenades cuit, le beurre meſlé & battu auec huile roſat, ou auec graiſſe d'oye, la noix, l'auellane appliquée exterieuremét, farine d'orge, huile de lin, huile de roux d'œufs, ſuif de veau, œufs durs appliquez chaudement, onguent fait d'aubins d'œufs, orge, & graiſſe de pourceau piſtez enſemble. Item ſe lauer & baſſiner ſouuét le ſiege auec eau douce & tiede renuoye & fait euaporer les hemorrhoides.

Les confortatifs du ſiege.

Aux reins ſont contraires pommes verdes & non meures, boire eau trouble, le vin nouueau, vin mouſt, aulx, decoction d'orge nuit aux reins, & à la veſcie.

Les contraires aux reins.

Les choses proufitables aux reins.

Aux reins ſont proufitables les pignons, noix pelées & trempées, paſſerilles, figues humides, & ſeiches, mais toutefois elles ſont cõtraires aux reins vlcerez, manger griues, tourds, dattes, & les bouillons de poulet, ou de ieune coq, manger roux d'œufs, vſer d'eau ferrée, acerée, ou cuite en vaiſſeau d'ærain. Le laict de brebis a grand' proprieté à conforter les reins debiles voire incroyable, & principalemẽt ſi vous y meſlez du bolus armena. La farine d'orge trẽpée en laict engraiſſe les reins, & les cõſerue en leur bõne diſpoſition. Item boire du laict fortifie les reins qui par leur debilité ne peuuent attirer l'vrine. Auſſi ſont le diaſatyrion & le quadrumeron de Nicolas. Le ſuccre alhuſar eſt vtile aux reins & à la veſcie, porter ceinture de veau marin autour

des reins les conforte merueilleusement.

A la vescie sont contraires boire eau froide à cœur ieun, & le vinaigre, toute sorte de raisins sont ennemis de la vescie. Aussi sont la racine anuiden, & les cantarides.

Les contraires à la vescie.

Les choses proufitables à la vescie sont l'eau de miel, par ce qu'elle conforte les voyes de l'vrine. Item les pignõs la confortẽt pour mieux contenir l'vrine, la hiere simple de Galien, la consolide si elle est eneruée, le triphera minor fenonis. Le stœchas corrobore les organes de l'vrine, la confection de scoria d'Auicenne, l'aromaticũ nardinum, l'anis, la chamomille, la malue, le cocombre domestique, l'huile de noix indique, l'huile de enula campana, l'huile de sabine, l'huile de pouliot, l'huile de cina-

Les propres à la vescie.

mome, l'huile de ſpica nardi. Item manger ſouuent encens, & raiſins confits, conforte fort la veſcie.

Aydes pour les eines, & pour garder de les enfler.

Pour garder d'enfler l'eine, il ſuffit de porter ſur ſoy vn ietton de myrte, ou bien de tenir en la main l'herbe nommée inguinalis, ou de l'attacher ſur l'eine, & s'il y a mal il la guerira, il eſt auſſi bon de l'oindre de l'eſcume de la bouche d'vn cheual. Quiconque portera ſur ſoy vne palette de cerf, l'eine ne luy enflera point, & ſi la tumeur y eſt ia preſente, elle ſeuaporera, & eſuanouira toute ainſi que diſent Sextus, & Marcellus empiriques, mais ſi par ceſte palette ils entendẽt la rotule du genoil, certes ils s'abuſent grandement, car les cerfs n'en ont point.

Les contraires aux nerfs, & iointures.

Les iointures & nerfs ſont offenſez par le trop grand vſage de coings, de ſuc de citrons, de vinai-

gre, de pommes, & principalemēt des verdes & acerbes, & d'eſchalottes. Item par trop boire de biere, & ceruoiſe. Le laict eſt nuiſible aux nerfs, & aux maladies nerueuſes: auſſi ſont l'oximel, & le vin prins en trop grand' quantité. Pareillement les couchons, les oiſeaux de riuiere, les vieilles gelines, les grands poiſſons comme balaines & ſemblables, & generalement tous ceux qui ſont ſans eſcailles, les legumes, & raues. Le cheuaucher nuit à la ſciatique, & à la goutte. Auſſi font le trop marcher, & principalement auec peine, & tenir les pieds pendants, & ſe coucher ſur l'eſpine du dos, ſe courroucer ſouuent & receuoir la vapeur & fumée du vif argent.

Pour les nerfs & iointure.

Aux nerfs & iointures donne grand' ayde & allegement, le bon

regime de bouche, & entieremét la bonne raiſon de viure bien ordonnée, & obſeruée, dont chante ainſi le Poëte Virgile,

Ne ſois ſurprins de l'amour ny du vin,
Car de ces deux ſort vn meſme venin.
Comme Venus ton corps eneruera,
Außi Bacchus ta force affoiblira:
Parquoy te faut l'vn & l'autre contraindre,
Et à gros liens ſagement les eſtraindre.
Pour euiter leurs terribles aſſauts,
Qui te feroient en fin faire le ſaut.

Suiuant ce propos, on dit d'Ennius Poëte fort ancien (duquel Apollo prononça ceſte tant belle prophetie,

C'eſt ceſtui-cy qui premier chantera
En ſtile haut, & carmes heroïques
Les Empereurs & guerres Italiques:

Et iusque au ciel les Ducs exaltera).

On dit qu'il mourut des gouttes, lesquelles il auoit acquises par le trop grand vsage du vin. Surquoy Serenus chante ainsi,

Nostre Ennius de louenge immortelle
Par trop souuent vuider le gobelet,
Fut tourmenté de la goutte mortelle.

Kiranus auteur a escrit que quiconque mangera vne cigongne seulement vne fois l'année, assauoir à la prime vere, auant qu'elles soient parties pour aller en guerre : celuy sera totalement exempt & preserué de toutes maladies nerueuses, & de iointures. Et sera deliuré non seulement de toute espece de goutte comme chiragre, gonagre, podagre, & sciatique : mais aussi de tout spas-

me, & de toute conuulſion. Pareillemẽt entre les remedes prouſitables au mal de iointures ſans aucune nuiſance, ſont les myrabolans, la terebinthine, & les pilules cõpoſées de iua arthetica & terebinthine, l'herbe de millepertuis miſe en compoſte auec vin cuit, les eſtuues, & vn million d'autres remedes, deſquelz aydant Dieu nous parlerons amplement en noſtre liure de pratique.

FIN.



TABLE DES CHAPItres contenuz en ce present traicté.



TABLE DE CE QVI EST *contenu en ce preſent volume.*

M

O

P

V

FIN DE LA TABLE.

ACHEVE' D'IMPRIMER le cinquiéme iour de Iuillet 1572. par Simon Caluarin, demeurant ruë S. Iaques à l'enſeigne de la Roſe blanche couronnée.





